

**LAPORAN INDIVIDU  
PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN  
SMA NEGERI 1 GAMPING  
Tegalyoso, Banyuraden, Gamping, Slemaan**

**15 Juli – 15 September 2016**



**Disusun Oleh :  
Aris Widianoro  
NIM. 13601241025**

**PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
PENDIDIKAN OLAH RAGA  
FAKULTAS ILMU KEOLAH RAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
2016**


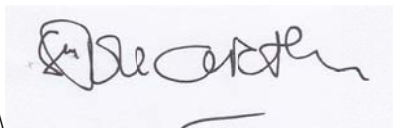
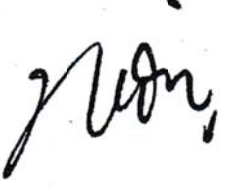

## HALAMAN PENGESAHAN

Nama Mahasiswa : Aris Widianoro  
NIM : 13601241025  
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Telah melaksanakan kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan di SMA Negeri 1 Gamping pada tanggal 15 Juli 2016 sampai dengan 15 September 2016. Hasil kegiatan tercakup dalam naskah laporan ini.

Laporan ini disahkan oleh Dosen Pembimbing Lapangan Praktik Pengalaman Lapangan (DPL PPL) dan Kepala SMA Negeri 1 Gamping.

Sleman, 15 September 2016

Mengetahui / Mengesahkan,	
<p>Guru Pembimbing Lapangan</p>  <p>Drs. Gunawan NIP. 19590210 198703 1 009</p>	<p>Koordinator KKN-PPL SMA N 1 Gamping</p>  <p>Drs. MS. Bertha Tri M. NIP. 19670628 199802 1 002</p>
<p>Dosen Pembimbing Lapangan Praktik Pengalaman Lapangan</p>  <p>Hedi Ardiyanto Hermawan, S.Pd., M. Or NIP. 197702182008011002</p>	<p>Kepala Sekolah SMA Negeri 1 Gamping</p>  <p>Drs. Yunus NIP. 19580927 198503 1 008</p>

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa yang telah melimpahkan segala rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan laporan Praktik Pengalaman Lapangan ini dengan baik. Penulisan laporan PPL ini merupakan syarat bahwa penulis telah selesai mengikuti kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) di SMA Negeri 1 Gamping dengan baik.

Kegiatan PPL ini diharapkan agar mahasiswa calon guru dapat memperoleh pengalaman belajar dengan terjun langsung menjadi seorang guru di sekolah dengan segala tugasnya. Selain itu, kegiatan PPL ini juga digunakan untuk melatih dan mengembangkan kompetensi guru yang dimiliki oleh mahasiswa. Kegiatan PPL ini dilaksanakan secara terbimbing.

Kegiatan PPL dan penyusunan laporan ini tidak akan terlaksana tanpa adanya kerjasama dari pihak mahasiswa PPL di SMA Negeri 1 Gamping, dosen pembimbing lapangan, guru pembimbing lapangan, pihak sekolah, serta berbagai pihak yang telah mendukung kegiatan PPL yang tidak dapat disebutkan satu persatu. Oleh karena itu, penulis ingin menyampaikan terima kasih kepada :

1. Tuhan Yang Maha Esa yang telah memberikan nikmat kemudahan, kesehatan, serta kelancaran dalam segala kegiatan PPL di SMA Negeri 1 Gamping.
2. Bapak Hedi Ardiyanto Hermawan, S.Pd., M. Or, selaku Dosen Pembimbing Lapangan PPL Jurusan Pendidikan Olahraga yang telah membimbing mahasiswa Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi di SMA Negeri 1 Gamping.
3. Bapak Yunus selaku Kepala SMA Negeri 1 Gamping.
4. Bapak Drs. Gunawan selaku guru pembimbing di SMA Negeri 1 Gamping yang telah memberikan banyak masukan dan bimbingan kepada penulis.
5. Bapak / Ibu guru serta karyawan di SMA Negeri 1 Gamping yang telah membantu dan berbagi ilmu selama kegiatan PPL.
6. Teman-teman PPL UNY di SMA Negeri 1 Gamping
7. Teman-teman PPL UPY di SMA Negeri 1 Gamping
8. Siswa-siswi SMA Negeri 1 Gamping yang telah memberikan banyak pengalaman dan suasana baru bagi mahasiswa PPL.
9. Serta semua pihak yang membantu kelancaran pelaksanaan kegiatan PPL di SMA Negeri 1 Gamping yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Penulis berharap dengan adanya laporan ini dapat bermanfaat dan menambah wawasan bagi para pembaca.

Sleman, 15 September 2016

penulis



## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
KATA PENGANTAR .....	iii
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR TABEL.....	vii
DAFTAR LAMPIRAN.....	viii
ABSTRAK .....	xi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. ANALISIS SITUASI.....	2
B. STRUKTUR ORANISASI SMA NEGERI GAMPING.....	4
C. PRESTASI SMA NEGERI 1 GAMPING.....	5
D. KONDISI FISIK SEKOLAH .....	11
E. KONDISI NON FISIK SEKOLAH .....	13
F. POTENSI SISWA, GURU DAN KARYAWAN.....	18
G. FASILITAS DAN KEGIATAN BELAJAR MENGAAJAR.....	19
H. PERMASALAHAN TERKAT PROSES BELAJAR MENGAJAR	20
I. PERUMUSAN PROGRAM DAN	
RANCANGAN KEGIATAN PPL .....	21
BAB II KEGIATAN PPL .....	27
A. PERSIAPAN .....	27
B. PELAKSANAAN.....	34
C. ANALISIS HASIL .....	39
BAB III PENUTUP .....	42
D. KESIMPULAN .....	42

E. SARAN.....	43
DAFTAR PUSTAKA .....	44

## DAFTAR TABEL

Tabel 1.1	Prestasi Sekolah Tahun 2013-2016.....	3
Tabel 1.2	Ruangan dan Fasilitas SMA N 1 Gamping.....	12
Tabel 1.3	Data Kegiatan Ekstrakurikuler SMA N 1 Gamping.....	16
Tabel 1.4	Data Tenaga Pendidik SMA Gamping.....	14
Tabel 1.5	Data Kegiatan pnerjunan dan pelaksanaan PPL.....	18
Tabel 1.6	Jadwal Praktik Mengajar.....	22
Tabel 2.1	Hasil Pengamatan.....	30
Tabel 2.2	Jadwal Mengajar.....	34

## **DAFTAR LAMPIRAN**

1. Matriks
2. Catatan Mingguan
3. RPP
4. KKM
5. Daftar Nilai
6. Daftar Hadir
7. Kartu Bimbingan
8. Daftar Inventaris Sarana dan Prasarana Olahraga
9. Kalender Akademik
10. Jadwal Piket
11. Foto kegiatan

**ABSTRAK**  
**LAPORAN**  
**PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN**  
**SMA NEGERI 1 GAMPING**  
Oleh :  
Aris Widianoro  
13601241025  
Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Praktik Pengalaman Lapangan merupakan bekal mahasiswa sebagai calon pendidik, dimana mahasiswa dituntut untuk terjun langsung sebagai seorang pendidik. Mahasiswa dapat menyalurkan segala ilmu yang telah diperoleh pada saat perkuliahan kepada siswa di sekolah. Praktik Pengalaman Lapangan ini memberikan pengalaman kepada mahasiswa mengenai kegiatan proses pembelajaran khususnya pada pelajaran PenjasOrkes, serta kegiatan lain yang berlangsung di dalam sekolah. Mahasiswa dapat berlatih dan belajar dengan merasakan menjadi seorang pendidik di sekolah, sebelum menjadi seorang pendidik yang sesungguhnya.

Pelaksanaan kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan dilakukan sesuai dengan kompetensi yang dimiliki oleh mahasiswa. Praktik Pengalaman Lapangan Universitas Negeri Yogyakarta tahun 2016 bertempat di SMA Negeri 1 Gamping dan mulai dilaksanakan pada 15 Juli 2016 sampai dengan 15 September 2015.

Dalam Praktik Pengalaman Lapangan, mahasiswa melakukan kegiatan mengajar minimal 8 kali pertemuan dengan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) yang berbeda. PPL dilaksanakan selama 30 kali atau 60 jam mengajar di lima kelas yaitu kelas X B, X D, XI IPA II, XI IPS II dan XII IPA II dengan 16 Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP).

Dalam melaksanakan kegiatan PPL, tentu terdapat beberapa hambatan. Hambatan-hambatan itu berupa sikap peserta didik yang sulit dikondisikan ketika melakukan pemanasan, selanjutnya adanya peserta didik yang masih pasif dalam mengikuti kegiatan olahraga. Mahasiswa melakukan permainan dalam pemanasan untuk membangun semangat peserta didik, serta memodifikasi materi pembelajaran dengan strategi tertentu untuk menggugah keaktifan dan kreatifitas peserta didik.

Kegiatan PPL diharapkan mampu memberikan pengalaman bagi mahasiswa untuk lebih memahami kegiatan yang dilaksanakan di dalam lingkungan sekolah sehingga mahasiswa dapat menjadi seorang pendidik yang berkualitas dan profesional.

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

Dalam rangka usaha peningkatan efisiensi dan kualitas penyelenggaraan proses pembelajaran maka Universitas Negeri Yogyakarta melaksanakan mata kuliah Praktik Pengalaman Lapangan (PPL). Program kegiatan PPL untuk mengembangkan kompetensi mahasiswa sebagai calon guru atau tenaga kependidikan. Sasaran dalam pelaksanaan PPL adalah masyarakat sekolah, baik dalam kegiatan yang terkait dengan pembelajaran maupun kegiatan yang mendukung berlangsungnya pembelajaran. PPL diharapkan dapat memberikan pengalaman belajar bagi mahasiswa, terutama dalam hal pengalaman mengajar, memperluas wawasan, melatih dan mengembangkan kompetensi yang diperlukan dalam bidangnya, meningkatkan ketrampilan, kemandirian, tanggung jawab, dan kemampuan memecahkan masalah.

PPL memiliki misi pembentukan dan peningkatan kemampuan profesional. PPL diarahkan kepelatihan pengalaman profesionalisme pembelajaran didalam kelas dan dalam lingkup sekolah. Adapun tujuan dari pelaksanaan PPL antara lain mengabdikan sebagian kompetensi mahasiswa untuk membantu lebih memberdayakan masyarakat sekolah demi tercapainya keluaran sekolah yang lebih berkualitas dan melatih kemampuan profesionalisme mengajar mahasiswa secara konkret. Program dan tujuan setiap sekolah tentu juga untuk menghasilkan kualitas lulusan yang lebih baik. Tujuan utama inilah yang kemudian harus dijabarkan menjadi program-program khusus secara konkret dan sekaligus disusun indikator kadar ketercapaiannya.

Universitas Negeri Yogyakarta merupakan salah satu universitas yang memiliki tugas mencetak tenaga kependidikan yang handal dan profesional dalam rangka memenuhi tuntutan perkembangan dunia pendidikan di Indonesia. Melalui program-program mata kuliah kependidikan yang dilaksanakan, mahasiswa diharapkan mampu mendapat bekal pengetahuan dan keterampilan yang cukup mengenai proses pembelajaran sehingga mahasiswa mampu menghadapi dunia kerja dalam bidang kependidikan dan dunia kerja secara umum.

Dalam pelaksanaannya, PPL adalah wadah dalam mensinergikan universitas yaitu Universitas Negeri Yogyakarta, sekolah dan mahasiswa. Tentunya masing-masing pihak mempunyai peran untuk saling mendukung satu sama lain. Dalam hal ini mahasiswa dituntut untuk mampu memberikan kontribusi positif kepada pihak sekolah, baik peningkatan langsung dalam kegiatan belajar mengajar maupun perbaikan fisik dan nonfisik sekolah yang merupakan sarana penunjang kegiatan belajar mengajar di sekolah. Dengan begitu, para mahasiswa tersebut secara langsung

akan mendapatkan pengalaman dan keterampilan riil berupa kecakapan hidup yang dapat digunakan sebagai bekal dikemudian hari.

Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) merupakan kegiatan yang berkaitan dengan proses pembelajaran. Kegiatan PPL terdiri dari pembuatan rencana pelaksanaan pembelajaran, pembuatan media belajar dan persiapan perangkat yang menunjang kegiatan pembelajaran. Sehubungan dengan kegiatan PPL yang dilakukan di PPL SMA N 1 Gamping, sebelum melaksanakan kegiatan tersebut seluruh mahasiswa tim PPL SMA N 1 Gamping harus memahami terlebih dahulu lingkungan dan kondisi lokasi kegiatan PPLnya. Sehingga menyikapi hal tersebut setiap mahasiswa baik secara individu maupun kelompok telah melaksanakan observasi terhadap lokasi PPL yakni SMA N 1 Gamping. Observasi ini bertujuan agar mahasiswa peserta PPL mendapatkan gambaran fisik serta kondisi psikis yang menyangkut aturan dan tata tertib yang berlaku di SMA N 1 Gamping.

Jauh sebelum PPL dilaksanakan, mahasiswa terlebih dahulu menempuh kegiatan sosialisasi yaitu pra PPL melalui pembelajaran mikro dan kegiatan observasi di sekolah. Kegiatan pembelajaran mikro merupakan mata kuliah wajib lulus sebagai syarat untuk melaksanakan kegiatan PPL. Kegiatan Pra PPL merupakan kegiatan sosialisasi PPL lebih awal kepada mahasiswa melalui observasi ke sekolah. Observasi dilaksanakan setelah penyerahan PPL yaitu tanggal 5 Maret 2016.

Kegiatan observasi dilakukan secara berkelanjutan selama masih membutuhkan informasi untuk menyusun program PPL. Kegiatan observasi PPL yang meliputi observasi proses pembelajaran dan kegiatan manajerial, serta observasi potensi pengembangan sekolah. Kegiatan observasi di sekolah bertujuan agar mahasiswa memperoleh gambaran mengenai proses pembelajaran yang dilakukan di sekolah beserta kelengkapan sarana dan prasarana yang menunjang proses pembelajaran.

Dalam kegiatan PPL ini, mahasiswa melakukan praktik mengajar di sekolah untuk mendapatkan pengalaman langsung yang berkaitan dengan kegiatan pembelajaran di sekolah. Dengan pengalaman yang diperoleh tersebut diharapkan dapat dipakai sebagai pengalaman calon guru yang sadar akan tugas dan tanggungjawabnya sebagai tenaga profesional kependidikan dalam upaya untuk meningkatkan kualitas pendidikan di Indonesia.

#### **A. Analisis Situasi**

##### **1. Letak SMA N 1 Gamping**

SMA Negeri 1 Gamping merupakan salah satu sekolah menengah atas yang berlokasi di dusun Tegalyoso, Banyuraden, Gamping, Sleman Yogyakarta 55293 Telp.(0274) 626345.

##### **2. Sejarah Singkat SMA N 1 Gamping**

SMA N 1 Gamping, Sleman berdiri tahun 1992 dan langsung menerima siswa baru, ketika itu masih berafiliasi dengan SMAN 1 Godean. Setahun kemudian, pada tahun 1993 resmi menjadi sekolah negeri dengan nama SMAN 1 Gamping, Sleman yang beralamat di Tegalyoso, Banyuraden, Gamping, Sleman.

3. SMA N 1 Gamping mempunyai luas lahan kira-kira 0.8 ha dengan jumlah kelas paralel 3, yaitu kelas X ada tiga kelas, kelas XI tiga kelas dan kelas XII tiga kelas. Mempunyai 2 laboratorium IPA, 1 lab ICT, 1 ruang Internet untuk akses belajar siswa yang dibuka sampai sore hari, Free HotSpot, 1 ruang Perpustakaan, Mushalla dan ruang administrasi.
4. Sampai tahun 2011 ini, dalam usia 17 tahun sudah meluluskan 14 kali dan alumninya tersebar dalam berbagai perguruan tinggi baik negeri maupun swasta dan bekerja dalam berbagai keahlian seperti rekontruksi, sekretaris, wiraswata, PNS, dsb.
5. Dalam perjalanannya SMAN 1 Gamping didampingi oleh sebuah Komite Sekolah yang berusaha memfasilitasi keperluan dan perkembangan SMA N 1 Gamping. Letak SMA N 1 Gamping berada pada jalur lingkaran barat atau *ringroad* barat berdampingan dengan balai desa Banyuraden. Berbagai prestasi olahraga telah banyak dicapai oleh para siswa, seperti Juara Tennis Putri, Tae Kwondo, Karate, Tenis Meja dll.
6. Visi dan Misi SMA Negeri 1 Gamping  
Dalam hal peningkatan kualitas pendidikan maka SMA Negeri 1 Gamping memiliki visi dan misi dalam pencapaiannya yang meliputi:

#### **VISI**

Terwujudnya SMA Negeri 1 Gamping Menjadi Sekolah Unggul dan Terpercaya berlandaskan IMTAQ, IPTEK, dan Berwawasan Kebangsaan yang Berbudaya Lingkungan Hidup.

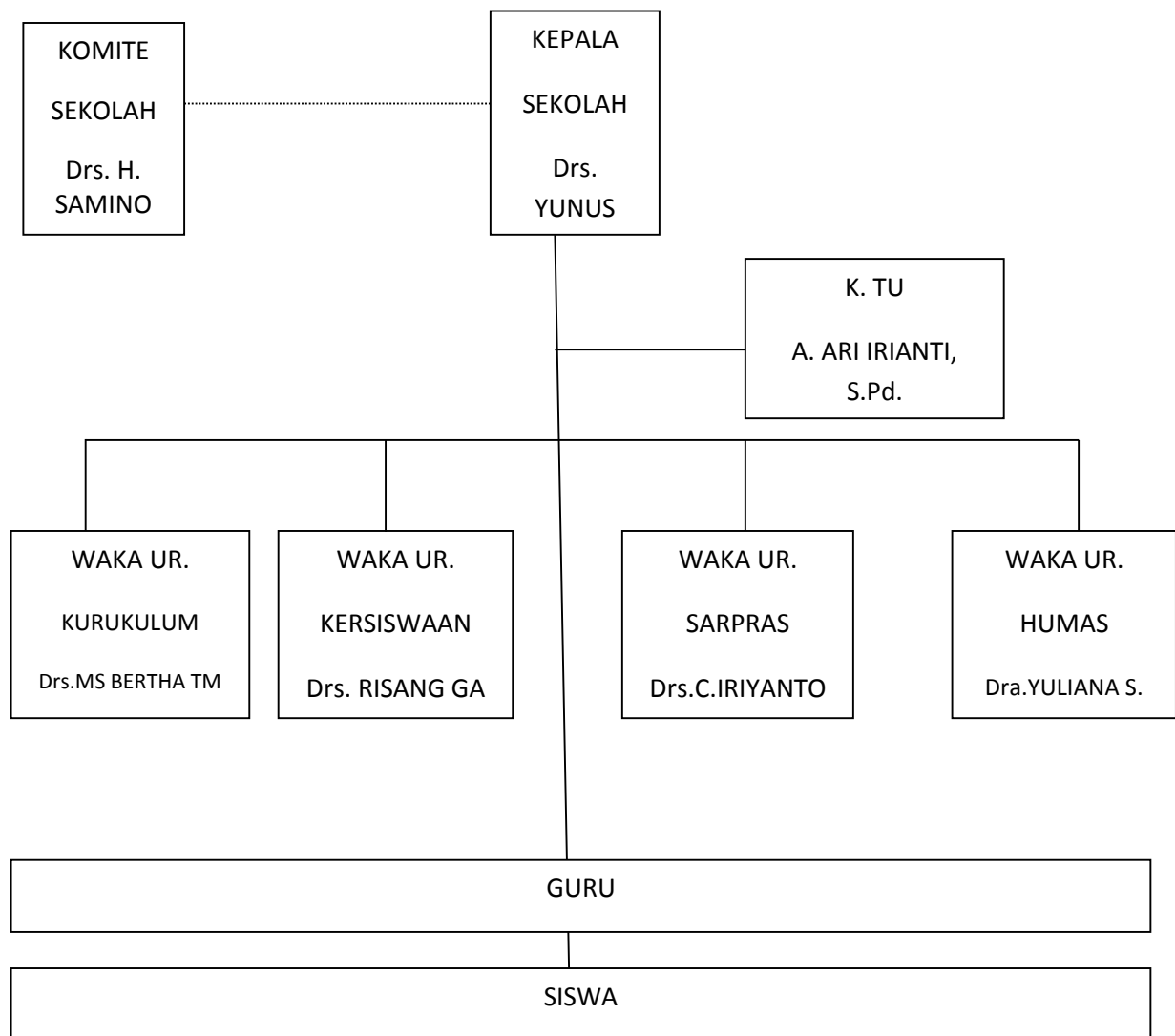
#### **MISI**

- 1) Meningkatkan Ketaqwaan terhadap Tuhan Yang Maha Esa
- 2) Meningkatkan Budi pekerti luhur
- 3) Meningkatkan Kedisiplinan
- 4) Meningkatkan Kinerja dan Profesionalisme
- 5) Meningkatkan Prestasi Akademik dan Non Akademik
- 6) Meningkatkan Layanan Pendidikan Berbasis Teknologi, Informasi, dan Komunikasi
- 7) Meningkatkan Semangat Nasionalisme dan Patriotisme di Era Globalisasi



- 8) Meningkatkan Kepedulian dan Melestarikan Lingkungan secara Berkesinambungan

**B. Struktur Organisasi SMA Negeri 1 Gamping**



**C. Kepala Sekolah**

SMA N 1 Gamping berdiri pada tahun 1992. Saat ini, SMA N 1 Gamping dipimpin oleh seorang kepala sekolah bernama Drs. Yunus, M.M. beliau lahir pada tanggal 27 September 1958. Pendidikan terakhir yang ditempuh oleh beliau adalah S-2 dengan jurusan sumberdaya manusia.

**Program Kerja**

1. Program Unggulan
  - a. Menjadi Sekolah Bertaraf Internasional
  - b. Mengembangkan Sikap dan Kompetensi Keagamaan
  - c. Mengembangkan Potensi Siswa Berbasis Multiple Intelligence
  - d. Mengembangkan Budaya daerah
  - e. Mengembangkan Kemampuan bahasa dan Teknologi Informasi
  - f. Meningkatkan Daya serap Ke Perguruan Tinggi Favorit

2. Program Pengembangan Sarana Prioritas
  - a. Membangun 5 Ruang kelas Belajar dengan konstruksi bangunan 3 tingkat
  - b. Membangun 1 ruang Belajar di lantai 2 gedung lama
  - c. Membangun Ruang Penglah Data
  - d. Pembangunan Kantin Siswa
  - e. Perbaikan dan Pengecetan Lapangan Olah Raga
  - f. Pengembangan Jaringan Infrastruktur LAN (Intranet dan Internet)
  - g. Pengembangan Sistem Informasi Sekolah (SIS)
  - h. Melengkapi Sarana dan Prasarana Perpustakaan dan Lab Komputer
  - i. Renovasi Aula
  - j. Renovasi Tampilan Depan Skolah/Gerbang Sekolah
  - k. Renovasi Koridor

**D. Hubungan Kemitraan**

Beberapa sekolah baik dalam maupun luar negeri yang telah menjalin kerjasama (MoU) dengan SMP Negeri 1 Piyungan sebagai Program Kemitraan Sekolah antara lain :

1. Dalam Negeri
  - a. SMP Negeri 1 Probolinggo, Probolinggo, Jawa Timur
  - b. SMP Negeri 5 Cirebon, Jawa Tengah
  - c. SMP Negeri 5 Semarang, Jawa Tengah
  - d. SMP Negeri 45 Jakarta, Jakarta
  - e. SMP Negeri 2 Sungailiat, Bangka, Kepulauan Bangka Belitung
  - f. SMP Negeri 1 Kusan Hilir, Tanah Bumbu, Kalimantan Selatan
  - g. SMP Negeri 7 Jambi, Jambi
2. Luar Negeri
  - a. Chonkanyanukoon School, Chonburi, Thailand

**E. PRESTASI SMA NEGERI 1 GAMPING**

Prestasi Sekolah Tahun 2013-2016

NO	Nama Perlombaan	Tahun	Nama Siswa	Prestasi Yang Diperoleh	Penyelenggara Kegiatan
1.	Kejuaraan Melukis SLTA	2013	Bondan Aji Nugroho, dkk.	Juara III Kabupaten	CARREFOUR Maguwoharjo
2.	“GO	2013	Drs. Yunus	KS Favorit	KLH Kab.

	GREENSCHOOL 2013” Dinas Lingk Hidup			Kabupaten	Sleman
3.	Kejuaraan Mural SLTA PT. XL AXIATA, Tbk.	2013	Bondan Aji Nugroho, dkk.	Juara III Kabupaten	PT XL AXIATA, TBK
4.	Evaluasi Sekolah Berwawasan Lingkungan Hidup	2013	Sekolah	Juara III Kabupaten	KLH Kab. Sleman
5.	Giat Presasi Karnaval Budaya, Kemah Budaya 2013	2013	Diana Mia Sari	Juara I Propinsi	Balai Pelestarian Budaya Yk.
6.	Giat Presasi Paduan Suara, K. Budaya 2013	2013	Diana Mia Sari	Juara I Propinsi	Balai Pelestarian Budaya Yk.
7.	Giat Prestasi Dramatisasi Cerita Rakyat, K.Bud’13	2013	Diana Mia Sari	Juara III Propinsi	Balai Pelestarian Budaya Yk.
8.	Merangkai Buah Dharma Wanita SMA/SMK	2013	Drs. Fransisca Ayu R.	Juara II Kabupaten	DW Persatuan Unit SMA/SMK
9.	Kejuaraan Karate Putra dalam O2SN	2013	Akhmad Wedo Pratomo	Juara III Kabupaten	Disdikpora Kab. Sleman
10.	Kejuaraan Tenis Meja Putra dalam O2SN	2013	Ahmad Nur Fahmi	Juara III Kabupaten	Disdikpora Kab. Sleman
11.	Kejuaraan Bulu Tangkis Putra dalam O2SN	2013	Gusnanda Sun Family SP	Juara I Kabupaten	Disdikpora Kab. Sleman

12.	Kejuaraan Bulu Tangkis Putra dalam O2SN	2013	Gusnanda Sun Family SP	Juara III Propinsi	Disdikpora DIY
13.	Lari 100m Putri dalam O2SN	2013	Ajeng Utami Nurmaliita Sari	Juara II Kabupaten	Disdikpora Kab. Sleman
14.	Lari Estafet 4 x 400 m Putri dalam POPDA DIY	2013	Ajeng Utami Nurmaliita Sari	Juara III Propinsi	Disdikpora DIY
15.	Balap Sepeda	2013	Yusuf Kibar	Juara II Nasional	Panitia Kejurnas LCC Seri II Bupati Purbalingga
16.	Taekwondo	2013	Lovas Duhita	Juara III Internasional	Panitia Turnamen Internasional
17.	MTtQ Putri Tingkat SMA/SMK dalam MTQ 2013	2013	Faiza Ima	Juara II Wil Slm Barat	Panitia MTQ SMA/SMK Wil Slm Barat
18.	Khutbah Jum'at Tingkat SMA/SMK dalam MTQ	2013	Irkham Abdurrokhim	Juara III Wil Slm Barat	Panitia MTQ SMA/SMK Wil Slm Barat
19.	Kepala Sekolah Berprestasi Jenjang SMA	2013	Drs. Yunus	Juara II Kabupaten	Disdikpora Kab. Sleman
20.	Paduan Suara pada Dies Natalis UT ke-29	2013	Lovas Duhita, dkk	Juara III Propinsi	Universitas Terbuka UPJJ Yk.
21.	Lompat jauh Putri	2014	Nica Beta	Juara I	Disdikpora Kab.

	dalam O2SN		Ayu P	Kabupaten	Sleman
22.	Lari 100m Putri dalam O2SN	2014	Ajeng Utami Nurmalita Sari	Juara I Kabupaten	Disdikpora Kab. Sleman
23.	Catur Putra dalam O2SN	2014	Christian Roy Kameubun	Juara II Kabupaten	Disdikpora Kab. Sleman
24.	Tenis Meja Putra dalam OSN	2014	Ihsanuddin Al Wafi	Juara III Kabupaten	Disdikpora Kab. Sleman
25	Lompat jauh Putri dalam O2SN	2014	Nica Beta Ayu P	Juara I Propinsi	Disdikpora DIY
26.	Lari 100m Putri dalam O2SN	2014	Ajeng Utami Nurmalita Sari	Juara II Propinsi	Disdikpora DIY
27.	Janabadra Futsal Competition	2014	Fiqih Ismullah Azzuri, dkk.	Juara III Propinsi	Universitas Janabadra
28	Giat Presasi Karnaval Budaya, Kemah Budaya 2014	2014	Diana Mia Sari	Juara II Propinsi	Balai Pelestarian Budaya Yk.
29.	Giat Presasi Paduan Suara, K. Budaya 2014	2014	Diana Mia Sari	Juara II Propinsi	Balai Pelestarian Budaya Yk.
30.	Khutbah Jum'at Tingkat SMA/SMK dalam MTQ	2014	Irkham Abdurrokhim	Juara II Wil Slm Barat	Panitia MTQ SMA/SMK Wil Slm Barat
31.	Lomba Adzan Tingkat SMA/SMK dalam	2014	Dymas Alfandy Saputra	Juara III Wil Slm Barat	Panitia MTQ SMA/SMK Wil Slm Barat

	MTQ				
32.	Kepala Sekolah Berprestasi	2014	Drs. Yunus	Juara II Kabupaten	Disdikpora Kab. Sleman
33.	Lari 100m Pi dalam O2SN	2015	Nica Beta Ayu P	Juara I Kabupaten	Disdikpora Kab. Sleman
34.	Bulu Tangkis Pa dalam O2SN	2015	Heri Kiswanto	Juara III Kabupaten	Disdikpora Kab. Sleman
35.	Lomba Mading Islamic Student Competition	2015	Sekar Febria Larasati, dkk	Juara III Propinsi	Universitas Janabadra
36.	Lomba Media Pembelajaran Matematika	2015	Chairun Nisa Zarkasyi, S.Pd.	Juara III Propinsi	UAD
37.	CCA Tk.SMA/SMK MTQ	2015	Anisa Nur Rahmadita, dkk.	Juara III Wil. Sleman Barat	Panitia MTQ SMA/SMK Wil Slm Barat
38.	Lomba KIR Jenjang SMA	2015	Kanya G.S.P., dkk.	Juara II Kabupaten	Disdikpora Kab. Sleman
39.	Lomba Futsal	2015	Nur Muhammad Ikbil, dkk.	Juara III Kabupaten	BNNk dan Disdikpora Kab. Sleman
40.	Lomba KIR Peneliti Belia “Propatik”	2015	Zen Nurullawy I, dkk.	Juara I Propinsi	Disdikpora DIY
41.	Lomba KIR Peneliti Belia “Tinusin”	2015	Fairuz Zalfa Nabila, dkk.	Juara II Propinsi	Disdikpora DIY
42.	Lomba KIR Peneliti Belia	2015	Esya Rachma N, dkk.	Semi Finalis	Disdikpora DIY

	“Charge MPGE”			Propinsi	
43.	Lomba KIR Peneliti Belia “Hibicus Hair Mask”	2015	Kurnia Setyarini, dkk.	Semi Finalis Propinsi	Disdikpora DIY
44.	Lomba KIR Peneliti Belia “Sadelor”	2015	Hany Permata Sari, dkk.	Semi Finalis Propinsi	Disdikpora DIY
45.	Lomba KIR Peneliti Belia “Propatik”	2015	Zen Nurullawy I, dkk.	Semi Finalis Nasional	Disdikpora DIY
46.	Lomba KIR Peneliti Belia “Tinusin”	2015	Fairuz Zalfa Nabila, dkk.	Semi Finalis Nasional	Disdikpora DIY
47.	Kejuaraan Karate - 57kg Pa	2015	Ihsan Muhammad S.	Juara I DIY- Jateng	Inkado DIY- Jateng IV
48.	Kejuaraan Karate Pi	2015	Vira Eka Sari	Juara I DIY- Jateng	Inkado DIY- Jateng IV
49.	Sayembara Merakit Kenduri	2016	Azahra Fia Rahma, dkk.	Juara II Kabupaten	Kwarcab. Sleman
50.	Kejuaraan Karate Pa O2SN	2016	Fahrorry Fawzi Annor	Juara III Kabupaten	Disdikpora DIY
51.	Kejuaraan Karate Pi O2SN	2016	Vira Eka Sari	Juara II Kabupaten	Disdikpora DIY
52.	Kejuaraan O2SN Guru Kimia	2016	Utami Nur Hidayah, S.Pd.	Juara III Kabupaten	Disdikpora DIY
53.	Kejuaraan Mocopat	2016	Ajeng Qory	Juara I	Pem. Desa

	Pemula PA X		Handayani	Kecamatan	Trihanggo
54.	Kejuaraan Mocopat Pemula PA X	2016	Muhammad Nugroho	Juara II Kecamatan	Pem. Desa Trihanggo
55.	Kejuaraan Mocopat Pemula PA X	2016	Trihana	Juara III Kecamatan	Pem. Desa Trihanggo
56.	Kejuaraan Karate - 55kg Pa	2016	Ihsan Muhammad S.	Juara III Kabupaten	KONI DIY
57.	Kejuaraan Karate +68kg Pa	2016	Fahrorry Fawzi Annor	Juara III Kabupaten	KONI DIY
58.	Kejuaraan Karate - 61kg Pa	2016	Gilang Rahmatullah A.	Juara III Kabupaten	KONI DIY
59.	Kejuaraan Catur Kabupaten Yunior B Putra	2016	Catur Fery Irawan	Juara III Kabupaten	Panitia Kejurkab
60.	MKQ	2016	Rizkita Annafi Hanafi	Juara III Kecamatan	Panitia MTQ Kec. Gamping
61.	MKQ	2016	Ridwan Hasyir R, dkk.	Juara III Kecamatan	Panitia MTQ Kec. Gamping

## F. Kondisi Fisik Sekolah

### 1. Sarana dan Prasarana sekolah

SMA Negeri 1 Gamping merupakan salah satu sekolah menengah atas yang berlokasi di dusun Tegalyoso, Banyuraden, Gamping, Sleman Yogyakarta 55293 Telp.(0274) 626345. Lokasi tersebut berada di tengah pemukiman warga dan instansi pemerintah seperti kelurahan serta jauh dari jalan raya sehingga suasana belajar relatif tenang. Lokasi juga relatif mudah dijangkau oleh para guru, karyawan, dan siswa dari berbagai daerah apabila



menggunakan kendaraan pribadi. Akan tetapi, sekolah ini akan sulit dijangkau apabila menggunakan kendaraan umum.

SMA Negeri 1 Gamping merupakan sebuah institusi pendidikan yang secara struktural berada dalam wilayah koordinasi Dinas Pendidikan Nasional Kabupaten Sleman. Sebagai sebuah institusi pendidikan, SMA Negeri 1 Gamping memiliki kelengkapan fisik untuk menunjang proses belajar mengajar maupun administrasi sekolah, terdapat beberapa ruangan dan fasilitas yang cukup memadai dan memiliki fungsi sendiri-sendiri:

Tabel 1.1 Ruangan dan Fasilitas SMA N 1 Gamping

No.	Nama Ruang	Jumlah
1.	Kelas	12 Ruang
2.	Kepala Sekolah	1 Ruang
3.	Guru	1 Ruang
4.	Tata Usaha	1 Ruang
5.	Bimbingan Konseling	1 Ruang
6.	Perpustakaan	1 Ruang
7.	UKS	2 Ruang
8.	Laboratorium IPA	3 Ruang
9.	Koperasi	1 Ruang
10.	Gudang	1 Ruang
11.	Mushola	1 Ruang
12.	Kantin	3 Ruang
13.	Kamar mandi guru	2 Ruang
14.	Kamar Mandi Siswa/ WC	12 Ruang
15.	Tempat Parkir Guru	1 Ruang
16.	Tempat Parkir Siswa	1 Ruang
17.	Pos Penjagaan	1 Ruang

No.	Nama Ruang	Jumlah
18.	Lapangan Basket dan Tenis	1 Ruang
19.	Lapangan Upacara	1 Ruang
20.	Lapangan Voli	1 Ruang
21.	Ruang Piket	1 Ruang
22.	Ruang Agama	2 Ruang
23.	Ruang AVA	1 Ruang
24.	Hall / Pendopo	1 Ruang
25.	Sumur	1 Ruang
26.	Laboratorium Komputer	1 Ruang
27.	Ruang OSIS	1 Ruang
28.	Ruang Keterampilan	1 Ruang

Fasilitas tersebut pada umumnya dalam kondisi baik, walau ada beberapa fasilitas yang masih kurang memadai dan kurang berfungsi dengan baik dan masih tersisa beberapa ruangan kelas yang masih dalam proses pembangunan. Bertitik tolak dari apa yang telah dikemukakan di atas, maka dalam kesempatan PPL di SMA Negeri 1 Gamping ini kami akan melakukan program-program yang sekiranya dapat membantu dalam memajukan proses belajar mengajar di sekolah tersebut.

**G. Kondisi Non-Fisik Sekolah**

1. Kurikulum

Kurikulum merupakan salah satu perangkat untuk mencapai tujuan pendidikan. SMA Negeri 1 Gamping masih menggunakan Kurikulum lama yaitu KTSP (Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan).

2. Kegiatan Akademik

Kegiatan belajar mengajar berlangsung di gedung SMA Negeri 1 Gamping. Proses Belajar Mengajar untuk teori maupun praktik berlangsung mulai pukul 07.00 – 13.40 WIB untuk hari Senin, Selasa, Rabu, Kamis dan Sabtu sedangkan hari Jum’at dimulai dari pukul 07.00 - 11.10 WIB. Untuk alokasi waktu pembelajaran 45 menit untuk satu jam tatap muka. Khusus

untuk pelaksanaan upacara bendera dilaksanakan setiap hari senin dan dihitung sebagai jam ke-1.

SMA Negeri 1 Gamping mempunyai 12 kelas yang terdiri dari:

- a. Kelas X berjumlah 4 kelas (X A, X B, X C, X D)
- b. Kelas XI berjumlah 4 kelas (XI IPA 1, XI IPA 2, XI IPS 1, XI IPS 2)
- c. Kelas XII berjumlah 4 kelas (XII IPA1, XII IPA2, XII IPS 1, XII IPS 2)

### 3. Pembelajaran

a. Perangkat Pembelajaran, yang meliputi :

#### 1) Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP)

Sebagai lembaga pendidikan yang mengacu pada kurikulum yang diperlakukan Departemen Pendidikan Nasional saat ini, SMA Negeri 1 Gamping untuk proses pembelajaran sudah menerapkan KTSP.

#### 2) Silabus

Semua guru dari masing-masing mata pelajaran sudah menyiapkan silabus untuk persiapan mengajar. Silabus ini merupakan silabus yang sudah dikembangkan oleh Pusat Kurikulum Kabupaten Sleman.

#### 3) Rencana Pelaksanaan Pembelajaran

Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) memuat satu Kompetensi Dasar dalam satu RPP.

b. Proses Pembelajaran meliputi aspek:

#### 1) Membuka Pelajaran

Sebelum pelajaran dimulai, diawali dengan salam, berdoa, dan melakukan presensi siswa.

#### 2) Penyajian materi

Guru menyampaikan garis besar materi, kemudian peserta didik mengerjakan latihan-latihan.

#### 3) Metode pelajaran

Metode pembelajaran yang digunakan cenderung bersifat ceramah dan memunculkan masalah, diskusi dan tanya jawab serta penugasan.

#### 4) Penggunaan bahasa

Selama proses belajar berlangsung, bahasa yang digunakan komunikatif, dan mudah dipahami oleh siswa.

#### 5) Gerak

Guru terampil mengekspresikan wajah sesuai dengan pesan yang ingin disampaikan, jadi dapat membantu untuk kelancaran berkomunikasi, sehingga pesan yang disampaikan mudah dipahami dan diterima oleh siswa.

6) Cara Memotivasi siswa

Guru mendorong siswa untuk lebih aktif dalam mengikuti pelajaran dengan selalu memberikan pertanyaan kepada siswa.

7) Teknik Bertanya

Guru selalu memberikan rangsangan kepada siswa untuk bertanya serta guru juga bertanya kepada siswa agar proses pembelajaran berjalan sesuai dengan tujuan.

8) Teknik Penguasaan Kelas

Kecenderungan proses pembelajaran dengan metode ceramah dan latihan soal. Bagi siswa yang telah selesai mengerjakan tugas maka mereka lebih asik dengan aktivitasnya sendiri yang menyimpang dari topik pelajaran sehingga guru dituntut untuk lebih dapat menguasai kelas.

9) Bentuk dan Cara Evaluasi

Guru memberi kesempatan peserta didik untuk mengemukakan jawabannya terlebih dahulu kemudian guru bersama peserta didik mendiskusikannya.

10) Menutup Pelajaran

Menyimpulkan materi yang telah diajarkan mulai dari awal jam pelajaran dan mengucapkan salam.

c. Perilaku Siswa, meliputi:

1) Perilaku siswa di dalam kelas

Pada saat proses belajar mengajar berlangsung, ada beberapa siswa yang tidak fokus pada pelajaran yang disampaikan guru, selain itu juga terdapat siswa yang dapat mengikuti pelajaran dengan baik.

2) Perilaku siswa di luar kelas

Selain proses pembelajaran didalam kelas, siswa melakukan aktivitas luar kelas seperti mengunjungi perpustakaan, mengunjungi kantor guru untuk bertanya tentang tugas, dan saat istirahat di kantin sekolah

d. Kegiatan Kesiswaan

SMA Negeri 1 Gamping memiliki beberapa kegiatan kesiswaan yang dilaksanakan dan dimaksudkan agar siswa mampu meningkatkan

potensi dan bakat intelektualnya. Kegiatan kesiswaan tersebut ada yang bersifat wajib diikuti oleh seluruh siswa dan ada yang diikuti sebagian siswa sesuai dengan bakat dan minat siswa tersebut. Kegiatan yang wajib diikuti seluruh siswa adalah PRAMUKA. Untuk lebih lengkapnya seluruh kegiatan kesiswaan yang terdapat di SMA Negeri 1 Gamping disajikan dalam Tabel 1.2:

Tabel 1.2 Data Kegiatan Ekstrakurikuler SMA N 1 Gamping

No.	JENIS KEGIATAN	Sifat	Sasaran	Waktu	PEMBIMBING
1.	PRAMUKA	Wajib	Kelas X	Sabtu, 14.00- 15.30	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Drs. Agung Hidayat.</li> <li>• Eny Martiwi, S.Pd.</li> <li>• Sukaryono, S.T.</li> <li>• Kartika Widiyah A., S.Pd</li> </ul>
2.	Iqro’/Tartil Qur’an	Pilihan	Kelas X, XI	Selasa, 14.00- 15.30	Unni Fatmah, S.Ag.
3.	Futsal Putra	Pilihan	Kelas X, XI	Kamis, 15.30- 17.00	Erwin Kurniawan
4.	Futsal putrid	Pilihan	Kelas X, XI	Selasa, 15.30- 17.00	Novilia Widyawati
5.	Basket putra	Pilihan	Kelas X, XI	Jumat,  15.30- 17.00	M. Thofa Farham
6	Basket putrid	Pilihan	Kelas X, XI	Sabtu, 15.30- 17.00	M. Thofa Farham
7.	Tenis Meja	Pilihan	Kelas X, XI	Selasa, 14.00- 15.30	Aris Widianoro
8.	Karate	Pilihan	Kelas X,	Kamis,	Kurnia Rahmad Dani

			XI	15.30-17.00	
9.	English Club	Pilihan	Kelas X, XI	Rabu, 14.00-15.30	Dwi Sulistyowati, S.Pd.
10.	Vocal Group	Pilihan	Kelas X, XI	Kamis, 14.00-15.30	R. Festy Mahanani, M.Pd.
11.	Seni Tari	Pilihan	Kelas X, XI	Jumat, 11.30-13.00	Mei Nur Diah
12.	Cooking Club	Pilihan	Kelas X, XI	Jumat, 14.00-15.30	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dwi Sulistyowati, S.Pd.</li> <li>• Tutik Isti Rahayu, S.Pd.</li> </ul>
13.	Membatik	Pilihan	Kelas X, XI	Selasa, 14.00-15.30	Nunung Riyanto, S.Sn.
14.	KIR	Pilihan	Kelas X, XI	Selasa, 14.00-15.30	Tiara Yogiarni
15.	Palang Merah Remaja	Pilihan	Kelas X, XI	Rabu, 14.00-15.30	Tim KSR-UMY
16.	Volley Ball	Pilihan	Kelas X, XI	Senin, 15.00-16.30	Ningrum
17.	Modern Dance	Pilihan	Kelas X, XI	Jumat, 13.00-14.30	Tim Dance
18.	Mekatronika/ Robotika	Pilihan	Kelas X, XI	Rabu, 14.00-15.30	Sulistiyanto A.B., S.Pd.T.

Pada hari senin seluruh siswa, guru dan karyawan SMA Negeri 1 Gamping wajib melaksanakan upacara bendera. Upacara bendera disini dimaksudkan untuk mengenang jasa-jasa para pahlawan yang telah berkorban harta dan nyawanya untuk kemerdekaan bangsa ini. Selain itu, upacara bendera juga bertujuan untuk meningkatkan kedisiplinan siswa. Oleh karenanya pelaksanaan upacara ini perlu dilaksanakan dengan khidmat dan baik sehingga para petugas upacara perlu mendapatkan pengarahan dan petunjuk untuk melakukan tugasnya dengan baik.

**H. Potensi Siswa, Guru, dan Karyawan**

1. Potensi Siswa

Siswa SMA Negeri 1 Gamping berasal dari berbagai kalangan masyarakat, baik yang berasal dari Kabupaten Sleman, maupun di luar Kabupaten Sleman. Untuk kuota penerimaan siswa baru yang biasanya setiap tahun menerima 128 orang. SMA Negeri 1 Gamping melaksanakan dua program jurusan bagi kelas X dan XI, yaitu Matematika dan Ilmu Alam (MIA) dan Ilmu-Ilmu Sosial (IIS), namun pada tahun ajaran ini khusus siswa kelas X tidak dilaksanakan kembali dua program tersebut. Sedangkan program jurusan pada kelas XII terdiri dari XII IPA (Ilmu Pengetahuan Alam) dan XII IPS (Ilmu Pengetahuan Sosial). Pada tahun ajaran 2016/2017 siswa SMA Negeri 1 Gamping seluruhnya berjumlah 352 siswa.

2. Potensi Guru dan Karyawan

SMA Negeri 1 Gamping mempunyai guru pengajar sebanyak 32 orang, yang terdiri dari 29 guru tetap dari pemerintah dan 3 guru tidak tetap. Kualifikasi pendidikan terakhir guru di SMA Negeri 1 Gamping rata-rata adalah S1 namun ada juga guru yang memiliki kualifikasi pendidikan S2, hal ini menunjukkan bahwa tenaga pengajar di SMA Negeri 1 Gamping sudah memenuhi standar kriteria tenaga kependidikan.

Tabel 1.3 Data Tenaga Pendidik SMA N 1 Gamping

NO	NAMA	BIDANG STUDY
1	Unni Fatmah, S.Ag	Agama Islam
2	Margana, S.Th	Agama Kristen
3	Paulina Suparmi	Agama Katolik
4	Dra. Titik Rusbiwati	PKn
5	Drs. Risang Gambiranom	PKn
6	Dra. Yuliana Sri Hastuti	Bahasa Indonesia
7	Drs. Supriyadi	Bahasa Indonesia

NO	NAMA	BIDANG STUDY
8	Drs. Yunus	Matematika
9	Dra. Dwi Putra Indarti	Matematika
10	Chairun Nisa Zarkasyah, S.Pd	Matematika
11	Drs. Hamamun	Sejarah
12	Drs. A. Andarmoro	Sejarah
13	Drs. C. Bambang Dananto	Bahasa Inggris
14	Rohmat Raharja, S.Pd	Bahasa Inggris
15	Dwi Sulistyowati, S.Pd	English Convertasion
16	Drs. Agung Hidayat	Seni Budaya
17	Drs. Gunawan	Penjaskes
18	Sulistyanto AB. S.Pd.T	Prakarya/KW/TIK
19	Nunuk Dwi Drmawanti, S.Pd	Biologi
20	Dra. F. Ayuningsih Ratnawati	Fisika
21	Dra. MS. Bertha Tri Martiningrum	Kimia
22	Utami Nurhidayah, S.Pd	Kimia
23	Tutik Istirahayu, S.Pd	Geografi
24	Sumarwoto, S.Pd	Sosiologi
25	Drs. C. Iriyanto	Ekonomi
26	Sumaryono, S.Pd. MA.	Bahasa Jawa
27	Dra. Tineke Esther Runtukahu	BK
28	Eny Martiwi, S.Pd	BK
29	Nunung Rianata, SSn	Prakarya
30	Kus Endri Dramawanti, SPd	Bhs.Prancis

**I. Fasilitas dan Media Kegiatan Belajar Mengajar**

Fasilitas dan media kegiatan belajar mengajar yang ada di SMA N 1 Gamping belum lengkap namun bisa menunjang pelaksanaan kegiatan pembelajaran. Fasilitas tersebut di antaranya adalah perpustakaan, laboratorium fisika, laboratorium IPA, laboratorium komputer, mushola, alat-alat olahraga, dan lapangan olahraga.

Setiap laboratorium sudah dimanfaatkan sesuai dengan fungsinya masing-masing. Namun pemanfaatannya masih kurang maksimal, misalnya untuk labolatorium IPA (Biologi, Fisika dan Kimia). Terkadang guru mata pelajaran IPA (Biologi, Fisika dan Kimia) masih jarang dan merasa malas untuk



melakukan kegiatan praktikum. Padahal alat-alat dan bahan-bahan yang ada di laboratorium dapat terbilang lengkap.

Media pembelajaran yang ada di SMA N 1 Gamping untuk mata pelajaran bahasa perancis belum tersedia, dikarenakan mata pelajaran bahasa perancis merupakan mata pelajaran yang baru sehingga media dan bahan ajar belum tersedia.

Laboratorium komputerpun sudah dipergunakan sbagaimana mestinya. Labolatorium Komputer digunakan untuk memeberikan keterampilan komputer kepada siswa, khususnya pada mata pelajaran TIK (Teknologi Informasi dan Komunikasi) dan Komputer Akuntansi. Selain itu, IT di SMA N 1 Gamping sudah menyediakan layanan layanan internet melaui jaringan wifi sehingga siswa dapat dengan mudah mengakses informasi yang dibutuhkan.

Perpustakaan SMA Negeri 1 Gamping menyediakan buku-buku untuk penunjang kegiatan belajar mengajar, perpustakaan tidak hanya diperuntukkan bagi siswa, tetapi juga guru. Buku penunjang pembelajaran, baik buku guru maupun guru siswa sudah terdapat di perpustakaan namun untuk mata pelajaran bahasa perancis belum tersedia buku ajar maupun kamus yang membantu dalam proses belajar mengajar. Selain itu, media pembelajaran yang tersedia di SMA Negeri 1 Gamping juga belum lengkap . Namun untuk mata pelajaran yang lain sudah cukup memadai misalnya, charta, peta, atlas, globe, maket batuan, alat-alat praktikum, alat musik dan sebagainya. Dengan adanya media yang tersedia, maka pelaksanaan pembelajaran dapat terlaksana dengan baik.

Selain fasilitas yang mendukung kegiatan pembelajaran, di SMA N 1 Gamping juga terdapat sarana yang dapat mendukung bakat dan minat siswa, misalnya di bidang olahraga. Alat-alat olahraga yang tersedia sudah lengkap seperti bola (basket, bola sepak, dan bola voli), matras, papan penghalang, lembing, peluru tolak, bak pasir, cakram, dll. Lapangan olah raga yang dimiliki sudah cukup lengkap, meliputi lapangan voli, basket sepak bola, dan tennis.

Ketersediaan fasilitas dan media kegiatan pembelajaran yang lengkap, diharapkan bisa dimanfaatkan dengan maksimal. Sehingga bisa menunjang Kegiatan Belajar Mengajar. Dengan demikian diharapkan akan mempengaruhi motivasi dan minat siswa untuk belajar sehingga akan meningkatkan hasil belajar dan kemampuan kognitif siswa.

#### **J. Permasalahan terkait Proses Belajar Mengajar**

Setelah melakukan observasi kegiatan belajar mengajar di SMA Negeri 1 Gamping, terdapat beberapa permasalahan yang teridentifikasi. Permasalahan tersebut diantaranya kondisi peserta didik yang cukup ramai hampir di setiap

kelas dan sebagian peserta didik kurang bisa aktif jika diajak untuk berdiskusi. Selain itu, peserta didik juga tidak memiliki buku sumber sebagai penunjang materi pembelajaran, serta belum tersedianya media pembelajaran. Tantangan bagi guru dalam hal ini adalah cara pengelolaan kelas yang baik, termasuk di dalamnya yaitu penyampaian materi pembelajaran yang disesuaikan dengan kondisi dan karakteristik peserta didik.

Berkaitan dengan kemampuan awal peserta didik, peserta didik di SMA Negeri 1 Gamping memiliki kemampuan yang heterogen, baik dari segi kemampuan akademik maupun ekonomi. Hal ini menjadi tantangan tersendiri bagi sekolah untuk tetap berprestasi dan menjalankan misi pengajarannya dengan baik. Sehingga SMA N 1 Gamping bisa bersaing dengan sekolah-sekolah lain dalam segi akademik ataupun non-akademik.

Pembelajaran yang dilakukan oleh sebagian besar guru masih dilakukan secara konvensional, yang didominasi dengan ceramah dan hanya memposisikan siswa sebagai penerima materi. Padahal alat pembelajaran yang tersedia sudah lengkap. SMA Negeri 1 Gamping sudah memiliki media pembelajaran multimedia di setiap kelasnya seperti perangkat LCD. Namun, dalam hal penggunaan dari LCD yang ada di setiap kelas masih belum bisa dimanfaatkan secara maksimal. Baru sebagian guru yang sudah melakukan pembelajaran berbasis multimedia dan IT. Padahal, dalam rangka untuk meningkatkan minat para peserta didik selama mengikuti pembelajaran, guru harus pandai menggunakan strategi pembelajaran yang menarik dan tepat dalam penyampaian materi.

#### **K. Perumusan Program Dan Rancangan Kegiatan PPL**

Kegiatan PPL dilaksanakan untuk menerapkan hasil pendidikan yang telah diperoleh selama proses perkuliahan untuk memperoleh pengalaman proses pembelajaran di kelas yang sesungguhnya, hal ini dimaksudkan agar keterampilan calon tenaga pendidik benar-benar diuji secara langsung supaya profesionalisme dan kompetensi sebagai calon tenaga pendidik dapat berkembang.

Program PPL merupakan mata kuliah sebesar 3 SKS yang harus ditempuh oleh mahasiswa kependidikan UNY. Di tempat praktik, mahasiswa mendapatkan bimbingan untuk melaksanakan praktik mengajar di kelas. Rancangan kegiatan PPL disusun setelah mahasiswa melakukan observasi di kelas. Observasi ini dilakukan dengan tujuan untuk mengamati kegiatan guru dan siswa di kelas, serta lingkungan sekitar dengan maksud agar pada saat PPL mahasiswa benar-benar siap melakukan praktik mengajar. Setelah melakukan

analisis situasi, praktikan merumuskan program PPL yang dapat dijabarkan dalam berbagai kegiatan yaitu:

Kegiatan PPL UNY 2016 dilaksanakan selama 2 bulan terhitung mulai tanggal 15 Juli 2016 sampai dengan 15 September 2016, adapun jadwal pelaksanaan kegiatan PPL UNY 2016 di SMA N 1 Gamping dapat dilihat pada tabel.

No	Nama Kegiatan	Waktu Pelaksanaan	Tempat
1.	Penerjunan	26 Februari 2016	SMA N 1 Gamping
2.	Observasi Pra PPL	5 maret 2016	SMA N 1 Gamping
3.	Pembekalan PPL		Dekanat FIK UNY Lantai 3
4.	Praktik Mengajar (PPL)	15 juli s/d 15 september 2016	SMA N 1 Gamping
5.	Penarikan Mahasiswa PPL	15 september 2016	SMA N 1 Gamping
6.	Penyelesaian Laporan/ Ujian	15 september 2016	SMA N 1 Gamping dan UNY

**1. Rumusan Program**

Perumusan program PPL dilakukan berdasarkan permasalahan dari hasil observasi yang dilakukan sebelumnya mulai dari observasi fisik maupun non fisik. Setelah melakukan observasi, maka dilakukan pemilihan atau skala prioritas dari permasalahan-permasalahan tersebut untuk dijadikan program kerja. Dalam pemilihan program kerja, ada beberapa hal yang dijadikan pedoman antara lain:

- a. Kebutuhan dan manfaat bagi sekolah
- b. Kemampuan mahasiswa
- c. Adanya dukungan dari pihak sekolah
- d. Tersedianya sarana dan prasarana
- e. Dapat mengembangkan potensi sekolah
- f. Waktu yang tersedia
- g. Dana
- h. Kemungkinan program dapat berkesinambungan

Berdasarkan pedoman tersebut, praktikan memfokuskan pada semua kegiatan yang berhubungan dengan PBM (Proses Belajar Mengajar) untuk menyusun atau merumuskan program dan rancangan kegiatan PPL. Sebelum merumuskan program, mahasiswa terlebih dahulu melakukan koordinasi dengan pihak sekolah dan guru pembimbing agar didapatkan kesesuaian.

Rumusan program kerja PPL adalah sebagai berikut:

a. Praktik Mengajar

Tujuan	Mengajar sesuai dengan bidangnya masing-masing.
Sasaran	Peserta didik SMA N 1 Gamping
Kegiatan	Praktik penyampaian materi ajar di kelas dan lapangan

b. Pengoptimalan Media Pembelajaran

Tujuan	Menciptakan proses pembelajaran yang nyaman untuk menarik peserta didik lebih aktif dalam proses pembelajaran.
Sasaran	Peserta didik SMA N 1 Gamping
Kegiatan	Penggunaan media pembelajaran

c. Penyusunan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP)

Tujuan	Merencanakan proses pembelajaran agar kegiatan pembelajaran di kelas berjalan lancar
Sasaran	Peserta didik SMA N 1 Gamping
Kegiatan	Penyusunan RPP

2. Rancangan Program

Program Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) terbagi menjadi dua pelaksanaan kegiatan yakni PPL I dan PPL II. PPL I diwujudkan dalam bentuk mata kuliah *micro teaching* yang telah dilaksanakan pada semester 6 (enam) yaitu pada bulan Februari 2016 sampai dengan bulan Juni 2016. Tujuan dari PPL I ini untuk melatih kompetensi yang harus dimiliki oleh seorang pendidik yaitu kompetensi pedagogik, kepribadian, sosial dan profesional.

Gambaran pelaksanaan PPL II dijelaskan sebagai berikut:

a. Observasi Sekolah dan Kegiatan Pembelajaran

Observasi sekolah merupakan kegiatan awal yang dilakukan mahasiswa di tempat praktik berupa observasi fisik dan observasi

pembelajaran di kelas. Hal ini meliputi pengamatan aspek (baik sarana-prasarana, norma dan proses kegiatan belajar mengajar) yang ada di sekolah.

**b. Bimbingan Dosen Pembimbing Lapangan PPL**

Mahasiswa praktikan telah mendapatkan dosen pembimbing lapangan sejak pelaksanaan PPL 1 atau *Micro Teaching*. Mahasiswa praktikan mendapat bimbingan baik pada saat pelaksanaan PPL 1 dan PPL 2, hal ini bertujuan agar mahasiswa praktikan mendapatkan evaluasi dan masukan terkait pelaksanaan kegiatan belajar dan pembuatan perangkat pembelajaran.

**c. Konsultasi dengan Guru Pembimbing**

Konsultasi dilakukan dengan guru pembimbing mata pelajaran Penjasorkes yaitu Drs. Gunawan. Hal-hal yang berkaitan dengan permasalahan belajar mengajar di kelas akan menjadi bahan pembelajaran bagi mahasiswa praktikan.

**d. Persiapan Perangkat Pembelajaran**

1) Menyusun Perangkat Pembelajaran

Perangkat pembelajaran yang dibuat meliputi : Analisis minggu efektif KBM, Program Tahunan, Program Semester, Silabus, serta media pembelajaran. Hal ini dilakukan di bawah bimbingan guru pembimbing di sekolah.

2) Menyusun Rencana Pelaksanaan Pembelajaran

Sebelum pelaksanaan praktik mengajar di kelas, pendidik diwajibkan membuat skenario pembelajaran yang berisi langkah-langkah kegiatan yang akan dilakukan di kelas yang meliputi materi yang akan disampaikan, metode, dan tujuan apa yang akan dicapai dalam pembelajaran yang akan berlangsung yang dikenal dengan *lesson plan* atau Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP). Rencana Pelaksanaan Pembelajaran dibuat oleh mahasiswa dengan melakukan koordinasi dan konsultasi dengan guru pembimbing. Dengan RPP ini diharapkan kegiatan belajar mengajar lebih terencana, terarah dan terprogram, sehingga indikator pencapaian kompetensi yang diharapkan dapat terorganisir dan terlaksana dengan baik.

3) Penyusunan Metode Pembelajaran

Metode dan media pembelajaran disusun bersamaan dengan pembuatan RPP agar sesuai dengan target pembelajaran. Metode

pembelajaran yang dilakukan dapat berupa metode komando, demonstrasi, latihan.

4) **Penyusunan Media Pembelajaran**

Media pembelajaran merupakan faktor penunjang keberhasilan suatu kegiatan belajar mengajar. Praktikan mengembangkan media pembelajaran dengan menyesuaikan kondisi siswa dan fasilitas sekolah.

5) **Evaluasi Hasil Pembelajaran**

Evaluasi hasil pembelajaran dilakukan untuk mengukur tingkat pemahaman peserta didik terhadap materi yang diajarkan.

6) **Pembuatan Sistem Penilaian**

Penilaian dilakukan pada aspek afektif (pengetahuan), kognitif, psikomotorik (ketrampilan gerak).

**e. Konsultasi Perangkat Pembelajaran**

Setelah dibuat perangkat pembelajaran yaitu RPP, maka dikonsultasikan guna mengetahui sudah tepat atau belum pembuatan perangkat pembelajaran tersebut. Mahasiswa praktikan mengalami beberapa kali revisi perangkat pembelajaran sehingga membutuhkan waktu yang tidak sedikit untuk proses pembuatan perangkat pembelajaran.

**f. Pelaksanaan Praktik Mengajar**

Pada saat praktik mengajar, praktikan melaksanakan praktik mengajar terbimbing dan mandiri dengan dibimbing oleh guru pembimbing. Praktik mengajar dilakukan setelah berkonsultasi dengan guru pembimbing dengan materi dan rencana pembelajaran. Guru pembimbing memberikan waktu mengajar di kelas XB, XC, XI IPS 2, XI IPA 2 dan XII IPA 2. Kesempatan mengajar diberikan guru pembimbing sampai batas waktu penarikan mahasiswa yaitu tanggal 15 September 2015.

**g. Evaluasi Pembelajaran**

Pada praktik mengajar, praktikan melaksanakan evaluasi guna mengetahui sejauh mana ketuntasan belajar siswa serta ketercapaian tujuan belajar mengajar.

**h. Mengikuti Kegiatan Sekolah**

Berbagai macam kegiatan dilaksanakan oleh mahasiswa selama melaksanakan Praktik Pengalaman Lapangan adalah piket pagi, pemberian pendidikan karakter, pendampingan upacara bendera, upacara HUT

kemerdekaan, upacara HUT SMA N 1 Gamping, membantu dalam rangkaian HUT SMA N 1 Gamping, pendampingan acara OSIS dan MPK, dan pendampingan ekstrakurikuler.

**i. Penyusunan Laporan PPL**

Setelah melakukan praktik mengajar, praktikan diharuskan menyusun laporan PPL sebagai syarat kelulusan mata kuliah lapangan ini. Laporan ini berisi mengenai kegiatan praktikan di SMA N 1 Gamping yang berkaitan dengan program praktik mengajar.

## **BAB II**

### **PERSIAPAN, PELAKSANAAN, DAN ANALISIS HASIL**

#### **A. PERSIAPAN**

Sebelum melakukan kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan banyak tahapan-tahapan yang dilalui oleh mahasiswa praktikan. Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) sendiri merupakan salah satu mata kuliah yang wajib ditempuh oleh para mahasiswa praktikan S1 UNY program kependidikan. Banyak hal dapat diperoleh dalam kegiatan ini antara lain : mahasiswa dapat mempelajari tentang bagaimana menjadi calon guru yang profesional, mahasiswa praktikan dapat mempelajari adat dan kebiasaan yang dilakukan guru selama di sekolah, dan yang tidak kalah penting adalah mahasiswa praktikan dapat belajar mengaplikasikan segala ilmu pengetahuan dan keterampilan yang telah diperoleh selama perkuliahan ke dalam kehidupan sekolah.

Dalam melaksanakan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) harus melaksanakan beberapa tahapan yang harus dilakukan baik sebelum dan sesudah pelaksanaan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) itu dilaksanakan. Beberapa tahapan tersebut antara lain:

##### **1. Pembekalan Mikro Teaching**

Pembekalan Mikro merupakan kegiatan yang dilakukan oleh setiap jurusan untuk memberikan bekal bagi mahasiswa agar dapat melaksanakan mata kuliah mikro dan kegiatan PPL dengan baik. Melalui pembekalan ini, mahasiswa mendapatkan informasi mengenai mata kuliah Pengajaran Mikro dan kemungkinan-kemungkinan yang terjadi saat mahasiswa melakukan kegiatan PPL. Adapun pelaksanaan Pembekalan Mikro ini dilaksanakan oleh semua mahasiswa Prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi yang akan melaksanakan perkuliahan Pengajaran Mikro yang kemudian dilanjutkan dengan kegiatan PPL.

##### **2. Pengajaran Mikro Teaching**

Pemberian bekal kepada mahasiswa PPL adalah berupa latihan mengajar dalam bentuk pengajaran mikro dan pemberian strategi belajar mengajar yang dirasa perlu bagi mahasiswa calon guru yang akan melaksanakan PPL. Pengajaran mikro merupakan salah satu syarat yang harus dipenuhi oleh mahasiswa untuk mengambil mata kuliah PPL. Pengajaran mikro merupakan kegiatan praktik mengajar dalam kelompok kecil dengan mahasiswa-mahasiswa lain sebagai siswanya. Kelompok kecil dalam pengajaran mikro terdiri dari 8 orang mahasiswa, dimana seorang mahasiswa



praktikan harus mengajar seperti guru di hadapan teman-temannya. Pembelajaran mikro dilaksanakan setiap satu minggu sekali pada hari yang telah disepakati bersama dan melakukan pengajaran mikro selama 30 menit setiap kali tampil. Materi pengajaran mikro adalah pelajaran Penjasorkes untuk siswa SMA, sehingga mahasiswa diharapkan dapat mempersiapkan secara dini sebelum praktik yang sesungguhnya.

Sebelum melaksanakan praktik mengajar, mahasiswa praktikan diwajibkan untuk menyusun dan mengembangkan sebuah Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP). RPP yang disusun antara mahasiswa praktikan yang satu dengan mahasiswa praktikan yang lain merupakan RPP dengan materi pembelajaran yang berbeda. Pada perkuliahan pengajaran mikro (*micro teaching*), seorang mahasiswa praktikan berperan sebagai guru dan mahasiswa praktikan lainnya berperan sebagai siswa. Praktik pengajaran mikro meliputi:

- a. Praktik membuka dan menutup pelajaran,
- b. Praktik mengajar,
- c. Teknik bertanya,
- d. Teknik menguasai dan mengelola kelas,
- e. Pembuatan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP), dan
- f. Sistem penilaian.

### **3. Pembekalan PPL**

Tujuan dari pembekalan PPL adalah untuk memberikan pengetahuan dan motivasi kepada mahasiswa praktikan mengenai seluk-beluk dan sistematika pelaksanaan PPL. Pada pembekalan PPL, disampaikan beberapa materi mengenai mekanisme pelaksanaan PPL di sekolah, teknik pelaksanaan PPL, serta teknik untuk menghadapi sekaligus mengatasi permasalahan yang mungkin akan terjadi selama pelaksanaan PPL. Pembekalan dilaksanakan dalam 2 tahap. Pembekalan pertama dilaksanakan di fakultas masing-masing jurusan, dalam hal ini praktikan melaksanakan pembekalan di ruang seminar lantai 3 GPLA FIK UNY. Pembekalan kedua dilaksanakan tiap-tiap kelompok oleh dosen pembimbing lapangan masing-masing kelompok pada waktu dan tempat yang telah disepakati bersama.

### **4. Penerjunan dan Penyerahan PPL**

Sebelum dilaksanakan program PPL, mahasiswa diserahkan ke sekolah oleh DPL PPL. DPL PPL menyerahkan mahasiswa kepada pihak sekolah. Penyerahan dan penerjunan dilaksanakan di lab.biologi SMA N 1 Gamping. Pihak sekolah menyambut kedatangan mahasiswa dengan baik dan ramah.

## **5. Kegiatan Observasi**

### **a. Observasi Lingkungan Sekolah**

Observasi lingkungan sekolah bertujuan untuk mengetahui kondisi fisik sekolah secara mendalam agar mahasiswa dapat menyesuaikan diri pada pelaksanaan PPL di sekolah. Hal-hal yang perlu diperhatikan dalam observasi itu adalah lingkungan fisik sekolah, sarana prasarana sekolah, dan kegiatan belajar mengajar secara umum. Observasi yang dilakukan dapat mendukung proses pelaksanaan PPL yang dilakukan mahasiswa berkaitan dengan model, metode, atau media pembelajaran.

Kegiatan observasi lingkungan sekolah bertujuan untuk mengetahui keadaan sarana prasarana sekolah, kegiatan kesiswaan, kurikulum, administrasi maupun hubungan antara komponen sekolah yang terdapat di dalamnya. Dalam observasi tersebut kami mencari informasi lebih detail mengenai kondisi lingkungan sekolah kepada Wakasek Kurikulum, Wakasek Sarana dan Prasarana, Wakasek Kesiswaan, Staff Tata Usaha dan didampingi oleh Koordinator PPL SMA N 1 Gamping Informasi-informasi yang telah kami dapatkan dari observasi tersebut yang berupa data-data potensi fisik maupun non fisik sekolah akan kami gunakan sebagai acuan untuk penyusunan program kerja PPL.

### **b. Observasi Pembelajaran di Kelas**

Observasi pembelajaran merupakan kegiatan yang dilakukan oleh mahasiswa praktikan sebelum melaksanakan kegiatan Praktik Pengalaman lapangan (PPL). Kegiatan ini bertujuan agar mahasiswa memiliki gambaran atau pandangan awal mengenai kegiatan belajar mengajar secara langsung di lapangan, sebelum terjun dalam program PPL. Mahasiswa juga melakukan pengamatan pada kegiatan guru ketika di dalam kelas yaitu, berlangsungnya proses pembelajaran (pembukaan, penyajian materi, teknik bertanya, metode pembelajaran, penggunaan waktu, bahasa, media, dan pengelolaan kelas) serta perilaku siswa baik di dalam maupun di luar kelas. Berdasarkan hasil observasi tersebut, maka mahasiswa dapat merencanakan bentuk sistem pembelajaran sebaik dan seefektif mungkin untuk siswa, sekolah, maupun mahasiswa sendiri. Guru mengajar seperti biasanya, kemudian mahasiswa mengamati dan memperhatikan aspek-aspek yang digunakan guru dalam mengajar. Fokus pengamatan yang dilaksanakan oleh mahasiswa diantaranya adalah:

No	Aspek yang Diamati	Deskripsi Hasil Pengamatan
A	<b>Perangkat Pembelajaran</b>	
	1. Silabus	Silabus sudah sesuai dengan standar kompetensi yang tertera dalam kurikulum 2006 dengan pendekatan <i>Scientific</i> .
	2. Satuan Pembelajaran	
	3. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran	Penggunaan RPP sudah sesuai dengan ketentuan silabus yang digunakan kurikulum 2006 dengan pendekatan <i>Scientific</i> .
B	<b>Proses Pembelajaran</b>	
	1. Membuka Pembelajaran	Memberikan salam, berdo'a, menanyakan kabar peserta didik dan absensi.
	2. Penyajian materi	Penyajian materi terstruktur, sesuai dengan RPP
	3. Metode pembelajaran	Latihan
	4. Penggunaan bahasa	Bahasa Indonesia
	5. Penggunaan waktu	Guru menggunakan waktu dengan efektif dan tepat.
	6. Gerak	Aktif dalam mengikuti dan memperhatikan peserta didik.
	7. Cara memotivasi peserta didik	Guru memberikan penghargaan berupa pujian dan tambahan nilai.
	8. Teknik bertanya	Guru menanyakan pertanyaan secara langsung berkaitan dengan materi yang diberikan. Bertanya secara langsung baik bertanya kepada seluruh siswa atau personal. Dengan cara lisan guru mencoba membangun interaksi 2 arah (guru dengan siswa) melontarkan pertanyaan yang memancing pola pikir siswa terhadap suatu masalah

No	Aspek yang Diamati	Deskripsi Hasil Pengamatan
		yang dipaparkan oleh guru secara individual, kemudian siswa diminta untuk memberikan tanggapan.
	9. Teknik penguasaan kelas	Guru memberikan pertanyaan pada peserta didik yang ramai maupun pasif.
	10. Penggunaan media	Guru menggunakan media pembelajaran memanfaatkan media Gambar.
	11. Bentuk dan cara evaluasi	Menanyakan kembali materi yang sudah dilakukan. Apa bila siswa masih ada yang belum paham maka guru memberikan contoh lagi.
	12. Menutup pelajaran	Guru menyimpulkan bersama peserta didik, memberi penugasan, mengingatkan peserta didik agenda pertemuan selanjutnya, dan berdo'a serta salam.
<b>C</b>	<b>Perilaku peserta didik</b>	
	1. Perilaku peserta didik di lapangan	Ribut, dan terkadang sulit dikendalikan. Ketika pelajaran berlangsung tidak semua siswa memperhatikan dengan seksama penjelasan dari guru, namun siswa lumayan aktif di dalam lapangan.
	2. Perilaku peserta didik di luar kelas	Sopan dengan guru ketika bertemu di luar kelas

**6. Konsultasi dengan Dosen Pembimbing Lapangan**

Segala sesuatu yang berkaitan dengan pelaksanaan PPL dilakukan dengan DPL Pamong yang bertugas di SMA N 1 Gamping yaitu **Hedi Ardiyanto**

**Hermawan, S.Pd., M. Or.** Konsultasi yang dilakukan meliputi pembuatan matriks pelaksanaan PPL, pembuatan RPP, dan lain-lain. Tujuan dari konsultasi ini adalah untuk meminta saran mengenai penyusunan program PPL yang akan dilaksanakan agar program yang akan dilaksanakan benar-benar dapat bermanfaat bagi sekolah. Sebelum itu kami telah melakukan observasi dan wawancara lebih detail kepada kepala sekolah dan koordinator PPL SMA N 1 Gamping mengenai kondisi lingkungan sekolah sebagai bahan acuan untuk penyusunan proker individu maupun kelompok. Dari bahan tersebut kami dapat menyusun proker-proker individu maupun kelompok yang kemudian kami konsultasikan kepada DPL.

### **7. Konsultasi dengan Guru Pembimbing**

Pada mata pelajaran Bahasa Prancis, guru pembimbing yang membimbing adalah **Drs. Gunawan**. Segala sesuatu yang terkait mengenai praktik pembelajaran di kelas dilakukan dalam rangka persiapan praktik mengajar atau untuk kegiatan PPL. Konsultasi tersebut yaitu mengenai perangkat pembelajaran berupa RPP, silabus, penyusunan administrasi guru, penyusunan soal ulangan, penilaian tugas, rubrik penskoran, pembuatan kisi-kisi soal ulangan, analisis butir soal, serta penggunaan media pembelajaran yang tepat dan juga manajemen pengelolaan kelas.

### **8. Persiapan Perangkat Pembelajaran**

Segala persiapan yang berkaitan dengan proses pembelajaran di kelas dipersiapkan sedemikian rupa untuk memudahkan nantinya pada pelaksanaan kegiatan belajar mengajar di kelas. Perangkat pembelajaran yang disusun meliputi silabus, program tahunan, program semester, Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP), soal ulangan harian, dan format penilaian.

Adapun kegiatan inti yang dilakukan yaitu pembuatan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP). Pembuatan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran ini harus disiapkan oleh praktikan sebelum kegiatan belajar mengajar berlangsung serta pembuatannya harus disesuaikan dengan GBPP (Garis-Garis Besar Program Pembelajaran) dan kurikulum yang berlaku saat ini. Proses pembuatan RPP dilakukan dengan bimbingan guru pembimbing. Adapun format yang tercantum dalam RPP adalah:

#### **a. Identifikasi**

Identifikasi ini memuat identitas sekolah, identifikasi mata pelajaran, kelas/ program, dan semester.

#### **b. Alokasi Waktu**

Dalam pembagian alokasi waktu berdasarkan pada program semester.

c. Kompetensi Inti

Kompetensi inti merupakan kemampuan yang harus dikuasai oleh siswa sebagai hasil dari mempelajari mata pelajaran.

d. Kompetensi Dasar

Kompetensi dasar adalah kemampuan minimal yang harus dicapai siswa dalam mempelajari mata pelajaran.

e. Indikator Keberhasilan

Indikator berfungsi untuk mengetahui ketercapaian hasil pembelajaran.

f. Tujuan Pembelajaran

Tujuan pembelajaran berfungsi untuk mengetahui ketercapaian hasil pembelajaran berdasarkan rumusan.

g. Materi Pembelajaran

Materi berisi pokok materi yang akan diajarkan yang bersumber dari buku acuan dan buku-buku terkait dan dilengkapi penjabaran pada lampiran RPP.

h. Metode

Metode merupakan cara atau teknik yang digunakan dalam proses pembelajaran.

i. Sumber Bahan Pembelajaran

Sumber bahan ajar dapat diperoleh dari buku-buku penunjang baik cetak maupun elektronik dan sumber internet yang terpercaya serta *up date*.

j. Media

Media merupakan alat maupun peraga yang digunakan untuk mendukung proses pembelajaran dan mempermudah penyampaian materi.

k. Kegiatan Pembelajaran

Kegiatan pembelajaran menjelaskan tentang proses pembelajaran yang akan dilaksanakan. Proses pembelajaran mencakup tiga tahapan utama yaitu pembukaan/kegiatan awal pembelajaran, kegiatan inti, dan penutup/kegiatan akhir pembelajaran.

l. Penilaian/Evaluasi

Penilaian mencakup penilaian sikap (spiritual dan sosial), keterampilan (unjuk kerja, portofolio, tugas proyek, dan lain-lain), serta penilaian pengetahuan.

## B. PELAKSANAAN

### 1. Praktik Mengajar

Dalam melaksanakan kegiatan PPL, praktikan diberi tanggung jawab untuk mengelola kegiatan pembelajaran dalam suatu kelas, namun tetap dalam bimbingan dan pengawasan guru mata pelajaran. Kegiatan praktik mengajar ini pertama kali diawali dengan observasi kelas yang akan di ampu nantinya, kemudian dilanjutkan dengan praktek mengajar secara terbimbing oleh mahasiswa praktikan.

Dengan berpedoman pada silabus dan RPP yang telah dibuat, praktikan dapat menyampaikan materi pelajaran sesuai dengan kurikulum yang berlaku di SMA N 1 Gamping. Penyampaian materi dalam proses belajar mengajar diusahakan agar terlaksana secara sistematis dan sesuai dengan alokasi waktu yang tersedia.

#### a. Kegiatan Belajar Mengajar

Kegiatan praktik mengajar dilaksanakan dari tanggal 15 juli – 15 September 2016. Pada kegiatan praktik mengajar tersebut praktikan menggunakan *team teaching* dan *individual teaching*. *Team teaching* tersebut kami lakukan untuk menambah jam PPL dan juga untuk saling melengkapi materi antara praktikan yang satu dengan praktikan yang lain. *Team teaching* tersebut dilakukan ketika terdapat jam kosong mengajar antara praktikan yang satu dengan praktikan yang lain.

Selama melakukan PPL, praktikan telah mengajar selama 30 kali dengan pembuatan 16 RPP mata pelajaran Penjasorkes. Alokasi waktu sebanyak 45 jam pelajaran setiap satu pekan. Dalam praktik mengajar kelas yang diampu adalah berjumlah 5 kelas yaitu kelas XB, XD, XI IPS II, XI IPA II dan XII IPA II dengan jumlah peserta didik keseluruhan sebanyak 160 orang. Metode pembelajaran yang digunakan adalah komando, demonstrasi, latihan, tanya jawab. Kegiatan ini disesuaikan dengan RPP yang telah disusun sebelum melakukan praktik mengajar. Jadwal mengajar Mata Pelajaran Penjasorkes adalah hari Senin, Selasa, Rabu, Kamis dan Jumat. Rincian kegiatan mengajar adalah sebagai berikut:

No	Hari / Tanggal	Kelas	Pokok Bahasan
1	Kamis, 21 juli 2106	XI IPS I	
2	Kamis, 21 juli 2106	XI IPS II	
3	Jum'at, 22 juli 2016	XII IPA I	
4	Jum'at, 22 juli 2016	XII IPA II	

No	Hari / Tanggal	Kelas	Pokok Bahasan
5	Senin, 25 juli 2016	X B	
6	Selasa, 26 juli 2016	X D	
7	Rabu, 27 juli 2016	XI IPA II	
8	Kamis, 28 juli 2016	XI IPS II	
9	Jumat, 29 juli 2016	XII IPA II	
10	Senin, 1 Agustus 2016	X B	
11	Selasa, 2 Agustus 2016	X D	
12	Rabu, 3 Aguatus2016	XI IPA II	
13	Kamis, 4 Agustus 2016	XI IPS II	
14	Jumat, 5 Agustus2016	XII IPA II	
16	Senin,1 Agustus 2016	X B	
17	Selasa, 2 Agustus 2016	X D	
18	Rabu, 3 Agustus 2016	XI IPA II	
19	Kamis, 4 Agustus 2016	XI IPS II	
20	Jum'at, 5 Agustus 2016	XII IPA II	
21	Senin, 8 Agustus 2016	X B	
22	Selasa, 9 Agustus 2016	X D	
23	Rabu, 10 Agustus 2016	XI IPA II	
24	Kamis, 11 Agustus 2016	XI IPS II	
25	Jumat, 12 Agustus 2016	XII IPA II	
26	Senin, 15 Agustus 2016	X B	
27	Selasa, 16 Agustus 2016	X D	
28	Rabu, 17 Agustus 2016	XI IPA II	
29	Kamis, 18 Agustus 2016	XI IPS II	
30	Jumat, 19 Agustus 2016	XII IPA II	
31	Senin, 22 Agustus 2016	X B	
33	Rabu, 24 Agustus 2016	XI IPA II	
36	Senin, 29 Agustus 2016	X B	
37	Salasa, 30 Agustus 2016	X D	
38	Rabu, 31 Agustus 2016	XI IPA II	
39	Kamis, 1 September 2016	XI IPS II	
40	Jumat, 2 September 2016	XII IPA II	
41	Senin, 5 September 2016	X B	
42	Selasa, 6 September 2016	X D	
43	Rabu, 7 September 2016	XI IPA II	



No	Hari / Tanggal	Kelas	Pokok Bahasan
44	Kamis, 8 September 2016	XI IPS II	
45	Jumat, 9 September 2016	XII IPA II	

Kegiatan yang dilakukan selama praktik mengajar antara lain:

1) Membuka Pelajaran

Tujuan membuka pelajaran yaitu untuk mempersiapkan mental siswa dalam mengikuti proses belajar mengajar yang akan disampaikan.

Kegiatan membuka pelajaran meliputi:

- Mengucapkan salam dan berdoa
- Menanyakan kabar dan kehadiran siswa
- Membuka pelajaran dengan apersepsi dan motivasi yang berkaitan dengan materi yang akan di berikan.
- Menyampaikan tujuan pembelajaran, kompetensi/ topik yang akan diberikan.

2) Penyajian Materi

Hal- hal yang perlu diperhatikan dalam penyajian materi, yaitu:

a) Penguasaan materi

Materi yang akan disampaikan harus dikuasai oleh mahasiswa praktikan agar dapat menerangkan dan memberi contoh dengan baik kepada siswa sehingga siswa memperhatikan dan memahami materi dengan baik.

b) Penggunaan metode

Metode yang digunakan praktikan dalam kegiatan pembelajaran adalah:

i. Metode Ceramah

Penerangan dan penuturan secara lisan. Dalam pelaksanaan ceramah untuk menjelaskan uraiannya, pengajar dapat menggunakan alat bantu seperti gambar-gambar. Tetapi metode utama, berhubungan antara pengajar dengan pembelajar ialah berbicara. Peranan siswa dalam metode ceramah adalah mendengarkan dengan teliti dan mencatat pokok-pokok penting yang dikemukakan oleh pengajar.

ii. Diskusi

Metode untuk penyampaian materi dengan mengarahkan

siswa sehingga siswa menyampaikan pendapat/pengetahuannya dan bersama-sama mengambil kesimpulan. Metode ini praktikan lakukan baik menggunakan media maupun tidak.

iii. Tanya jawab

Metode untuk penyampaian materi dengan memberikan pertanyaan yang sudah disusun secara sistematis untuk membawa siswa pada konsep yang semakin mengerucut, yaitu konsep yang hendak diajarkan. Metode ini dilakukan sebelum pembelajaran dimulai ataupun setelah pembelajaran. Hal ini diharapkan siswa dapat menangkap materi yang telah diajarkan ataupun mengingat materi yang telah diajarkan

iv. Pemberian tugas

Dengan tujuan agar siswa tidak hanya belajar ketika di sekolah bersama guru tetapi belajar mandiri dimanapun dengan menyelesaikan tugas yang diberikan baik bekerja sendiri, bertanya atau dikerjakan secara berkelompok sehingga dalam mengikuti pelajaran selanjutnya siswa menjadi lebih mengerti.

3) Evaluasi dan Bimbingan

Guru pembimbing sangat berperan bagi praktikan, karena sebagai mahasiswa yang sedang berlatih mengajar, banyak sekali kekurangan dalam melaksanakan Proses Kegiatan Belajar Mengajar dikelas. Oleh karena itu umpan balik dari guru pembimbing sangat diperlukan oleh praktikan. Sehubungan dengan hal tersebut diatas, guru pembimbing dalam hal ini guru Penjasorkes selalu memberikan bimbingan dan arahan kepada mahasiswa praktikan mengenai proses praktik mengajar.

Lebih lanjut dilakukan evaluasi, dimaksudkan untuk mengetahui kemampuan siswa dalam proses belajar mengajar yang sedang berlangsung dan untuk mengetahui keberhasilan praktikan dalam mengajar.

Fungsi bagi siswa :

1. Mengetahui kemampuan belajar siswa
2. Mengetahui berhasil tidaknya siswa memahami materi pelajaran
3. Memberikan motivasi terhadap proses belajar mengajar

Fungsi bagi praktikan :

1. Untuk mengetahui berhasil tidaknya guru dalam membelajarkan siswa dalam hal penguasaan materi pelajaran

2. Untuk mengetahui berhasil tidaknya guru dalam hal penguasaan metode mengajar.

#### 4) Umpan Balik dari Pembimbing

Praktik mengajar yang dilakukan mahasiswa praktikan adalah latihan mengajar terbimbing, yaitu latihan mengajar di bawah bimbingan guru pembimbing, sesuai dengan mata pelajaran yang diampu. Selama kegiatan praktik mengajar berlangsung, guru pembimbing selalu memantau proses belajar mengajar dengan tujuan untuk memberikan penilaian terhadap praktik mengajar yang dilakukan oleh mahasiswa praktikan. Penilaian yang dilakukan antara lain meliputi cara membuka pelajaran, apersepsi, usaha menarik perhatian siswa, penggunaan bahasa, penampilan, penguasaan materi, urutan materi, penggunaan media, teknik bertanya, dan cara menutup pelajaran. Setelah praktikan telah menilai bagaimana cara mengajar praktikan di kelas, setelah itu melakukan refleksi dan evaluasi dari pembimbing. Refleksi dan evaluasi tersebut bertujuan agar kualitas kita sebagai calon guru semakin hari semakin baik. Sebagai calon guru, mahasiswa juga harus menjaga kode etik guru, kesopanan, kepribadian, dan taat pada aturan-aturan SMA N 1 Gamping, supaya praktikan dapat mendukung seutuhnya visi dan misi SMA N 1 Gamping.

### 1. Penyusunan Administrasi Guru

Selama mahasiswa praktikan terjun dalam proses pembelajaran sehari-hari di sekolah, praktikan juga mempelajari berbagai kebutuhan administrasi yang dimiliki oleh guru pembimbing terkait mata pelajaran masing-masing. Hal ini dikarenakan tugas guru tidak hanya mengajar semata, melainkan juga membuat suatu administrasi yang akan dilaporkan kepada kepala sekolah dan juga tim pengawas. Administrasi tersebut menjadi suatu pertanggungjawaban yang wajib dikerjakan oleh guru sebagai laporan pelaksanaan mengajar yang diajukan kepada pihak terkait.

Tujuan yang paling penting adalah agar mahasiswa praktikan mengetahui berbagai macam kebutuhan administrasi guru. Administrasi tersebut meliputi : Penyusunan silabus, penyusunan rencana pelaksanaan pembelajaran (RPP), pembuatan kisi-kisi soal ulangan harian, pembuatan soal ulangan harian tertulis, penyusunan rubrik penskoran penyusunan penilaian sikap, penyusunan analisis butir soal ulangan harian, rekap nilai siswa, dll.

## **2. Mengikuti Kegiatan Sekolah**

Berbagai kegiatan yang dilaksanakan oleh pihak sekolah SMA N 1 Gamping merupakan kegiatan rutin yang selalu dilaksanakan sehari-harinya. Mahasiswa praktikan dalam hal ini juga turut andil dalam kegiatan sehari-hari di sekolah tersebut, hal ini bertujuan agar mahasiswa praktikan juga mampu menyerap apa saja kebiasaan dan adat istiadat guru ketika berada di dalam sekolah. Kegiatan-kegiatan rutin meliputi piket pagi untuk bertegur sapa dan memberi salam pada siswa menjadi kegiatan rutin yang dilakukan mahasiswa praktikan PPL, pendampingan upacara setiap hari senin, pendampingan rapat OSIS dan MPK serta membantu dalam persiapan dan pelaksanaan serangkaian perayaan HUT SMA N 1 Gamping.

## **3. Penarikan PPL**

Penarikan mahasiswa dari lokasi PPL di SMA N 1 Gamping dilaksanakan pada tanggal 15 September 2016 bertempat Ruang laboratorium biologi . Penarikan mahasiswa ini menandai berakhirnya tugas mahasiswa PPL UNY periode 2016.

## **4. Penyusunan Laporan PPL**

Mahasiswa PPL wajib membuat laporan secara individu sebagai bentuk pertanggungjawaban atas terlaksananya kegiatan PPL. Penyusunan laporan ini dimulai sejak awal kegiatan PPL sampai penarikan mahasiswa PPL oleh pihak Universitas Negeri Yogyakarta.

# **C. ANALISIS HASIL**

## **1. Analisis Hasil Kegiatan PPL**

Pelaksanaan PPL yang dilaksanakan di SMA N 1 Gamping ini sangatlah bermanfaat bagi mahasiswa praktikan. Pengalaman belajar dan mengajar yang sebenarnya inilah yang membuat kompetensi mahasiswa praktikan sebagai calon pendidik menjadi lebih matang. Pengetahuan dan pengalaman baru sangat banyak ditemukan dalam pelaksanaan program PPL baik di dalam kelas ataupun di luar kelas. Terkait dengan praktikan dalam melaksanakan praktik mengajar di kelas X B, X D , XI IPA II, XI IPS II Dan XII IPA II sudah memenuhi atau sesuai dengan jadwal yang telah ditentukan pihak sekolah. Sebelum mulai mengajar, terlebih dahulu harus mempersiapkan semua perangkat pembelajaran yang diperlukan. Rencana program PPL disusun

sedemikian rupa agar pelaksanaannya dapat berjalan dengan baik dan lancar sesuai dengan rencana dan waktu yang telah ditentukan. Meskipun terkadang kondisi di lapangan tidak selalu sesuai dengan rencana semula. Pada saat praktik mengajar, mahasiswa praktikan harus menguasai materi yang disampaikan ke siswa dan harus mampu menguasai dan mengelola kelas sehingga tercipta suasana kelas yang kondusif untuk belajar.

Selama pelaksanaan kegiatan, terdapat banyak pengalaman yang diperoleh berkaitan dengan bagaimana menjadi guru dalam sehari-hari, Hal-hal yang diperoleh antara lain:

- a. Pengetahuan dan pengalaman tentang proses pembelajaran yang dilaksanakan di sekolah menengah tingkat atas baik di kelas maupun di luar kelas.
- b. Kesempatan berperan dalam memajukan pendidikan sekolah menengah kejuruan yakni membantu menyampaikan materi pelajaran dan berbagi pengalaman belajar.
- c. Keterampilan membuat perangkat pembelajaran sampai dengan pemilihan metode, model dan media pembelajaran serta evaluasi pembelajaran.
- d. Praktikan mudah bersosialisasi dengan guru, siswa, dan karyawan
- e. Praktikan selalu berusaha untuk berpenampilan rapi dan sopan layaknya seorang guru
- f. Praktikan selalu berusaha menciptakan kondisi/ suasana yang kondusif saat pelaksanaan pembelajaran berlangsung
- g. Praktikan mampu menguasai materi yang diajarkan di kelas
- h. Praktikan selalu menggunakan metode pembelajaran agar siswa tertarik pada materi
- i. Praktikan menggunakan media yang menarik agar siswa termotivasi misalnya gambar.
- j. Praktikan selalu berusaha untuk menciptakan kondisi dan suasana yang kondusif saat KBM berlangsung.

Selama melaksanakan PPL di SMA N 1 Gamping, praktikan memiliki banyak kekurangan diantaranya :

- a. Praktikan terkadang menunda pekerjaan sehingga pekerjaan banyak menumpuk terutama dalam mengoreksi tugas siswa.
- b. Sebagai awal praktik mengajar, mahasiswa mengalami kendala dalam pengelolaan kelas dikarenakan dalam mengajar masih ada rasa canggung dan grogi.

Untuk mengatasi kelemahan tersebut, praktikan berusaha membuka diri, menerima saran dari guru pembimbing, dosen pembimbing maupun sesama praktikan. Kegiatan konsultasi dan *sharing* pengalaman merupakan salah satu caranya. Di samping itu, praktikan juga mencoba membuat jarak ideal dengan siswa, seperti yang dilakukan para guru dengan pada siswanya. Praktikan berusaha lebih tegas dan lugas saat berbicara untuk meningkatkan wibawa. Praktikan juga berusaha memperbanyak wawasan dengan membaca literatur yang sesuai dengan bidang keahlian praktikan. Praktikan juga mencoba mengerjakan tugas tepat pada waktunya.

Dalam setiap pelaksanaan kegiatan tentunya akan ditemukan ketidaksesuaian antara perencanaan dan pelaksanaan. Hal tersebut menjadikan hambatan bagi mahasiswa praktikan, antara lain:

- a. Perangkat pembelajaran berupa modul sebagai bahan penunjang bahan referensi guru dan siswa belum tersedia.
- b. Terkadang beberapa siswa ramai pada saat kegiatan pembelajaran berlangsung, sehingga mahasiswa praktikan harus mengulangi penjelasan sebanyak beberapa kali lagi.
- c. Ada dari beberapa siswa masih pasif dalam berkomunikasi dengan guru dalam kegiatan pembelajaran.

Adapun usaha yang dilakukan mahasiswa praktikan antara lain:

- a. Konsultasi dengan DPL Pamong
- b. Konsultasi dengan guru pembimbing terkait dengan perangkat pembelajaran dan materi pelajaran.
- c. Mencari sumber materi baik buku teks dan sumber internet.
- d. Bertanya dan belajar dengan teman-teman yang dianggap lebih paham dengan materi yang diajarkan.
- e. Koordinasi dengan teman-teman PPL sehingga mendapat gambaran dan tambahan pengetahuan tentang pembelajaran.
- f. Melakukan pendekatan secara pribadi terhadap siswa yang kurang aktif agar mengetahui faktor apa yang menyebabkan siswa tersebut kurang aktif saat pembelajaran.

### **BAB III**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Pelaksanaan kegiatan PPL di SMA N 1 Gamping secara umum berjalan dengan baik dan sesuai dengan rencana program yang telah disusun dari awal. Program kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) merupakan program yang sangat penting untuk diikuti oleh para calon guru. Teori yang di dapat di kampus tidaklah cukup menjadi bekal untuk menjadi guru yang kompeten dan profesional. Melalui program PPL ini mahasiswa praktikan dapat mencari pengalaman langsung dengan pembelajaran real di lapangan, melihat dan merasakan langsung bagaimana menjadi guru yang sesungguhnya serta pelajaran baru yang tidak dapat diperoleh di kampus. Diantaranya yaitu :

1. Karakter setiap peserta didik berbeda-beda
2. Kesabaran, keuletan, dan keikhlasan merupakan kunci untuk menghadapi peserta didik dari berbagai macam latar belakang.
3. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran adalah hal penting yang harus disusun agar proses belajar mengajar berjalan lancar dan terstruktur.
4. Seorang guru harus kreatif dan terampil serta mampu menarik perhatian peserta didik.

Kegiatan PPL yang dilaksanakan di SMA N 1 Gamping mengandung manfaat yang dapat diambil, antara lain :

1. Program Praktik Pengalaman Lapangan dapat dijadikan sebagai indikator tingkat penguasaan ilmu – ilmu pendidikan yang telah mahasiswa pelajari di bangku kuliah dan mencoba untuk menerapkan ilmu yang didapat di dunia sekolah dan memberikan kontribusi pengalaman yang sangat besar kepada mahasiswa terutama dalam mengajar peserta didik secara langsung di sekolah yang berguna bagi mahasiswa kelak di masa yang akan datang ketika menjadi guru.
2. Program PPL ini juga memberikan gambaran kepada mahasiswa yang masih dalam tahap belajar tentang banyaknya faktor yang harus diperhatikan dan dipersiapkan dengan matang untuk mewujudkan suatu proses pembelajaran yang baik dan bermanfaat bagi peserta didik. Dengan persiapan yang matang tentu akan mendukung performa dan penampilan guru dalam mengajar di depan kelas sehingga proses pembelajaran dapat berjalan lancar dan terstruktur dalam menyampaikan materi dari awal hingga akhir pembelajaran.
3. Program Praktik Pengalaman Lapangan memberikan pengalaman bagi mahasiswa bagaimana menjalani kehidupan di sekolah, terutama dalam

berinteraksi dengan guru – guru, karyawan, peserta didik dan seluruh komponen pendukung yang lain.

4. Program Praktik Pengalaman Lapangan mengajarkan kepada mahasiswa untuk bersikap sebagai seorang teladan dan dapat memberikan contoh yang baik kepada peserta didiknya dalam segala aspek kehidupan. Pelaksanaan program PPL di SMA N 1 Gamping ini dapat berjalan dengan baik, tentu tidak terlepas dari dukungan dan kerjasama semua pihak di SMA N 1 Gamping.

## **B. Saran**

### **1. Bagi LPPMP/ Universitas Negeri Yogyakarta**

- a. Tetap pertahankan kerjasama yang baik antara UNY dan SMA N 1 Gamping karena dapat memberi manfaat yang besar bagi kedua pihak.
- b. Program pembekalan lebih diefisienkan, dan lebih ditekankan pada permasalahan yang mungkin ditemukan ketika kegiatan berlangsung.
- c. Terus berusaha untuk meningkatkan mutu pendidikan di Indonesia dengan mengadakan peningkatan mutu program PPL di sekolah, memberikan bimbingan dan fasilitas yang lebih baik kepada peserta PPL UNY.
- d. Lebih meningkatkan koordinasi satu sama lain, mahasiswa, DPL PPL, sekolah agar setiap aturan yang dikeluarkan tersosialisasi dengan baik kepada pihak-pihak yang bersangkutan.

### **2. Bagi Sekolah**

- a. Tetaplah menjadi sekolah yang menjunjung tinggi nilai budi pekerti, berlandaskan atas kekeluargaan diantara masing-masing komponennya.
- b. Mengoptimalkan pengadaan sarana dan prasarana terutama untuk mata pelajaran penjasorkes.

### **3. Bagi Mahasiswa PPL selanjutnya**

- a. Mahasiswa hendaknya mampu meningkatkan kerjasama dan kekompakan dengan seluruh komponen sekolah.
- b. Manfaatkan waktu yang ada untuk terus menimba pengalaman di lokasi PPL terutama SMA N 1 Gamping, dan melakukan semua tugas dengan penuh keikhlasan dan tanggung jawab.
- c. Tingkatkan penguasaan ilmu yang dimiliki, persiapkan semua komponen pendukung pembelajaran dengan baik dan yakin pada diri sendiri bahwa kita mampu untuk mengajar peserta didik dengan baik.



## DAFTAR PUSTAKA

Tim Penyusun Panduan Pengajaran Mikro. 2015. *Panduan Pengajaran Mikro*.  
Yogyakarta: PP PPL dan PKL LPPMP UNY.

Tim KKN–PPL UNY. 2014 . *Makalah Mekanisme Pelaksanaan KKN – PPL UNY  
Tahun 2014*. Yogyakarta: UNY Press.

Tim Pembekalan KKN-PPL. 2014. *Materi Pembekalan PPL 2014*. Yogyakarta:  
LPPMP UNY

Tim Penyusun Panduan PPL. 2015. *Panduan PPL*. Yogyakarta: PP PPL dan PKL  
LPPMP UNY



	a. Persiapan									
	1. Konsultasi	1	1	1	2	2			4	11
	2. Mengumpulkan materi		1	1	1					3
	3. Membuat RPP	4	6	6	6	6	6	6	6	46
	4. Membuat Media / Menyiapkan Media	2	2	2	2	2	2	2	2	16
	b. Pelaksanaan Mengajar Terbimbing									
	1. Praktik mengajar	4	10	10	10	10	4	10	10	68
	2. Penilaian dan evaluasi	1	1	1	2	2			4	11
<b>3.</b>	<b>Pembelajaran Ekstrakurikuler (kegiatan non mengajar)</b>									
	a. Piket 3s		0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	3,5
	b. Menjaga ruang piket		2	2	2	2	2	2	2	14
	c. Ekstrakurikuler Tenis Meja		3	3	3	3	3	3	3	21
	d. Ekstarkurikuler Voli	3								3
<b>4.</b>	<b>Kegiatan Sekolah</b>									
	a. Upacara Bendera Hari Senin		1	1	1			1	1	5
	b. Upacara HUT RI 17 Agustus					1				1
	c. Upacara HUT SMA N 1 GAMPING						1			1
	d. Jalan Sehat dalam rangka HUT Sekolah						2,5			2,5

	e. Lomba Tumpeng						6			6
	f. Pentas Seni						7			7
	g. Membuat dekorasi wayangan (penjor)						1,5			1,5
	h. Sarasehan						3,5			3,5
	i. Persiapan wayangan						2			2
	j. Pra acara wayangan						3			3
	k. Pementasan wayangan						4			4
	l. Penyelenggaraan pendidikan karakter dan kebangsaan (pendampingan PLS)	18								18
	m. Workshop uji Publik KTSP TA 2106/2107	2								2
	n. Dharma wanita PGRI sleman	6								6
<b>5.</b>	<b>Penyusunan Laporan</b>									
	a. Persiapan								4	4
	b. Pelaksanaan								10	10
	c. Evaluasi dan Tindak Lanjut									
<b>TOTAL</b>										<b>275</b>

Gamping, 15 September 2016

Mengetahui:

Kepala SMA N 1 GAMPING



Drs. Yunus

NIP. 19580927 198503 1 008

Guru Pembimbing



Drs. Gunawan

NIP. 19590210 198703 1 009

Dosen Pembimbing Lapangan



Hedi Ardiyanto Hermawan, S.Pd., M.

Or

NIP. 19770218 200801 1 002

Mahasiswa PPL UNY



Aris Widianoro

NIM. 13601241025



## LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

**F02**  
untuk  
mahasiswa

**NAMA SEKOLAH** : SMA N 1 GAMPING  
**ALAMAT SEKOLAH** : Tegalyoso Banyuraden Gamping Sleman  
**GURU PEMBIMBING** : Drs. Gunawan  
**TAHUN PELAJARAN** : 2016/2017

**NAMA MAHASISWA** : Aris Widianoro  
**NO. MAHASISWA** : 13601241025  
**FAK/ PRODI** : FIK/PJKR  
**DOSEN PEMBIMBING** : Hedi Ardiyanto Hermawan, S.Pd., M. Or

### MINGGU KE I

No	Hari/tanggal	Materi Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
1.	Jumat, 26 Februari 2016	➤ Penyerahan Mahasiswa PPL	➤ Penyerahan berjalan lancar. Mahasiswa PPL dengan jumlah 20 orang diterima hangat oleh kepala sekolah dan guru-guru SMA N 1 Gamping. Dilakukan di Laboratorium Biologi dan Fisika. Penyerahan dilakukan oleh DPL, Bpk Wawan dan diterima oleh Kepala sekolah, Bapak Yunus.	-	-
2.	Sabtu, 27 Februari 2016	➤ Observasi	➤ Dilakukan di lapangan basket dengan melihat cara guru Penjasorkes mengajar kelas X. Guru mengajar tanpa menggunakan media. Bahasa yang digunakan oleh guru campur menggunakan Bahasa Jawa dan	-	-



## LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

**F02**  
untuk  
mahasiswa

**NAMA SEKOLAH** : SMA N 1 GAMPING  
**ALAMAT SEKOLAH** : Tegalyoso Banyuraden Gamping Sleman  
**GURU PEMBIMBING** : Drs. Gunawan  
**TAHUN PELAJARAN** : 2016/2017

**NAMA MAHASISWA** : Aris Widianoro  
**NO. MAHASISWA** : 13601241025  
**FAK/ PRODI** : FIK/PJKR  
**DOSEN PEMBIMBING** : Hedi Ardiyanto Hermawan, S.Pd., M. Or

			Bahasa Indonesia. Siswa kurang terkondisikan karena guru hanya memberikan materi bebas.		
3.	Sabtu, 05 Maret 2016	➤ Observasi sekolah	➤ Dilakukan dengan keliling sekolah melihat fasilitas yang ada disekolah. Terutama melihat kondisi gudang olahraga dan sarana prasarana yang ada di SMA N 1 Gamping.	➤ -	➤ -
4.	Rabu, 22 Juni 2016	➤ Penerimaan Peserta Didik Baru 2016 (PPDB)	➤ PPDB berjalan dengan lancar. Kegiatan yang dilakukan adalah memberikan formulir yang sudah di input di online lalu memberikan formulir untuk di tanda tangani oleh calon siswa dan wali. Jumlah pendaftar sementara adalah 33 siswa dengan NIM tertinggi adalah 356, 00 dan NIM terendah adalah 260,00	➤	➤



## LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

**F02**  
untuk  
mahasiswa

**NAMA SEKOLAH** : SMA N 1 GAMPING  
**ALAMAT SEKOLAH** : Tegalyoso Banyuraden Gamping Sleman  
**GURU PEMBIMBING** : Drs. Gunawan  
**TAHUN PELAJARAN** : 2016/2017

**NAMA MAHASISWA** : Aris Widianoro  
**NO. MAHASISWA** : 13601241025  
**FAK/ PRODI** : FIK/PJKR  
**DOSEN PEMBIMBING** : Hedi Ardiyanto Hermawan, S.Pd., M. Or

5.	Kamis, 23 Juni 2016	➤ Penerimaan Peserta Didik Baru 2016 (PPDB)	➤ PPDB berjalan dengan lancar. Jumlah pendaftar sementara adalah 103 siswa dengan NIM tertinggi adalah 3,56 dan NIM terendah adalah 16,1	➤ -	➤ -
6.	Jumat, 24 Juni 2016	➤ Penerimaan Peserta Didik Baru 2016 (PPDB)	➤ PPDB berjalan dengan lancar. Jumlah pendaftar sudah memenuhi kuota yakni 128 siswa dengan NIM tertinggi adalah 3, 56 dan NIM terendah adalah 27,5	➤ -	➤ -
7.	Sabtu, 25 Juni 2016	➤ Pengumuman Peserta Didik Baru	➤ Kegiatan berjalan lancar, 126 siswa yang melakukan daftar ulang.	➤ banyak kerjaan namun yang datang sedikit.	➤ Bagi tugas dan dibantu oleh OSIS.
8.	Sabtu, 16 Juli 2016	➤ Persiapan Pengenalan Lingkungan Sekolah ( PLS )	➤ Berjalan lancar. Kegiatan yang dilakukan adalah membersihkan Laboratorim dan ruang kelas serta latihan untuk ice breaking acara. Dilakukan oleh 20 mahasiswa.	-	-





## LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

**F02**  
untuk  
mahasiswa

**NAMA SEKOLAH** : SMA N 1 GAMPING  
**ALAMAT SEKOLAH** : Tegalyoso Banyuraden Gamping Sleman  
**GURU PEMBIMBING** : Drs. Gunawan  
**TAHUN PELAJARAN** : 2016/2017

**NAMA MAHASISWA** : Aris Widianoro  
**NO. MAHASISWA** : 13601241025  
**FAK/ PRODI** : FIK/PJKR  
**DOSEN PEMBIMBING** : Hedi Ardiyanto Hermawan, S.Pd., M. Or

1.	Senin , 18 juli 2016	➤ Pendampingan acara untuk kelas XI dan XII saat PLS	➤ Berjalan lancar walaupun ada sedikit masalah terkait waktu yang molor dan siswa yang susah dikondisikan sehingga rencana dalam rundwon kurang terlaksana dengan baik. Materi yang diberikan untuk kelas XI adalah Leadhershship. Kegiatan yang dilakukan adalah siswa mendengarkan materi dari pembicara kemudian melaksanakan games sebagai simulasi materi yang diberikan. Sedangkan, materi yang diberikan untuk kelas XII adalah Public Speaking. Kegiatan yang dilakukan adalah siswa bekelompok membuat sebuah yel-yel sebagai praktek diselingi materi.	Siswa ramai, waktu pelaksanaan molor sehingga berpapasan dengan waktu sholat.	Kegiatan dibuat berkelompok untuk diskusi sebuah yel – yel. Memangkas acara yang sudah dibuat.
2.	Selasa, 19 juli 2016	➤ Pendampingan acara untuk kelas XI dan	➤ Kegiatan bimbingan tentang menaati rambu-rambu lalu lintas yang di		



## LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

**F02**  
untuk  
mahasiswa

**NAMA SEKOLAH** : SMA N 1 GAMPING  
**ALAMAT SEKOLAH** : Tegalyoso Banyuraden Gamping Sleman  
**GURU PEMBIMBING** : Drs. Gunawan  
**TAHUN PELAJARAN** : 2016/2017

**NAMA MAHASISWA** : Aris Widianoro  
**NO. MAHASISWA** : 13601241025  
**FAK/ PRODI** : FIK/PJKR  
**DOSEN PEMBIMBING** : Hedi Ardiyanto Hermawan, S.Pd., M. Or

		XII	pimpin dari POLSEK Gamping berjalan dengan lancar dengan diikuti seluruh siswa kelas XI dan XII di ruang OSIS dan Ruang Koprasi yang di jadikan satu.		
3.	Rabu, 20 juli 2016	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pendampingan acara untuk kelas XI dan XII</li> <li>➤ Workshop uji Publik KTSP Tahun 2106/2107</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Bejalan lancar. Materi yang diberikan adalah sosialisasi KTSP SMA N 1 Gamping tahun ajaran 2016 / 2017 dengan narasumber WAKA kurikulum dan motivasi belajar dengan narasumber dari UMY. Diikuti oleh seluruh siswa kelas XI dan XII. Mahasiswa bertugas mendampingi siswa agar mengikuti acara dengan baik.</li> <li>➤ Dilakukan oleh seluruh (20) mahasiswa PPL dan beberapa guru SMA N 1 Gamping. Kegiatan yang</li> </ul>	<p>Siswa sulit dikondisikan untuk mengikuti acara.</p> <p>Tidak bisa mengikuti kegiatan sampai selesai karena ada Pelepasan</p>	<p>Siswa diawasi agar tidak keluar ruangan.</p> <p>-</p>



## LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

**F02**  
untuk  
mahasiswa

**NAMA SEKOLAH** : SMA N 1 GAMPING  
**ALAMAT SEKOLAH** : Tegalyoso Banyuraden Gamping Sleman  
**GURU PEMBIMBING** : Drs. Gunawan  
**TAHUN PELAJARAN** : 2016/2017

**NAMA MAHASISWA** : Aris Widianoro  
**NO. MAHASISWA** : 13601241025  
**FAK/ PRODI** : FIK/PJKR  
**DOSEN PEMBIMBING** : Hedi Ardiyanto Hermawan, S.Pd., M. Or

			dilakukan adalah mendengarkan penjelasan dari Dinas Pendidikan terkait adminitrasi dalam mengajar.	KKN di Balai Desa Ambarketawang	
4.	Kamis, 21 juli 2016	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Menjelaskan materi yang akan di ajarkan selama melakukan ppl dan perkenalan dengan siswa.</li> <li>➤ Konsultasi Adminstrasi sekolah dan pemantapan pemilihan kelas untuk praktik mengajar</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Menjelaskan tentang berbagai materi yang akan diajarkan selama melakukan ppl dan menjaskan batas nilai KKM serta melakukan perkenalan dengan siswa.</li> <li>➤ Konsultasi mengenai administrasi yang harus dikerjakan seperti RPP dan analisis KKM. Selain itu, melakukan konsultasi mengenai kelas yang dipilih untuk praktik mengajar. Guru pamong yaitu Bapak Drs. Gunawan menyarankan untuk membagi setiap kelasnya dari kelas X, XI dan XII.</li> </ul>	-	-



## LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

**F02**  
untuk  
mahasiswa

**NAMA SEKOLAH** : SMA N 1 GAMPING  
**ALAMAT SEKOLAH** : Tegalyoso Banyuraden Gamping Sleman  
**GURU PEMBIMBING** : Drs. Gunawan  
**TAHUN PELAJARAN** : 2016/2017

**NAMA MAHASISWA** : Aris Widianoro  
**NO. MAHASISWA** : 13601241025  
**FAK/ PRODI** : FIK/PJKR  
**DOSEN PEMBIMBING** : Hedi Ardiyanto Hermawan, S.Pd., M. Or

5.	Jum'at, 22 juli 2016	➤ KBM XII IPA I	➤ Mengajar hari pertama di kelas XII IPA I, melakukan pengenalan sekaligus masuk dalam materi pertama. dalam proses pembelajaran pertama ini yang dilakukan mengenalkan teknik dasar permainan bola voli. Siswa diminta melakukan teknik dasar bola voli seperti passing atas dan passing bawah di tambah servis bawah. Proses pembelajaran berjalan dengan lancar. Sebagian siswa sudah bisa melakuka teknik dasar bola voli tetapi masih banyak yang kesusahan saat melakukan passing. Ada 10 siswa yg belum bisa melakukan passing atas dan passing bawah.	➤ Banyak siswa yang belum pernah melakukan permainan bola voli dan belum mengetahui cara melakukan passing atas dan passing bawah	➤ Guru memberikan contoh bagaimana cara melakukan passing atas dan passing bawah dengan cara melakukan pendekatan dengan siswa yang tidak bisa
----	-------------------------	-----------------	---	---	--



## LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

**F02**  
untuk  
mahasiswa

**NAMA SEKOLAH** : SMA N 1 GAMPING  
**ALAMAT SEKOLAH** : Tegalyoso Banyuraden Gamping Sleman  
**GURU PEMBIMBING** : Drs. Gunawan  
**TAHUN PELAJARAN** : 2016/2017

**NAMA MAHASISWA** : Aris Widianoro  
**NO. MAHASISWA** : 13601241025  
**FAK/ PRODI** : FIK/PJKR  
**DOSEN PEMBIMBING** : Hedi Ardiyanto Hermawan, S.Pd., M. Or

		<p>➤ KBM XII IPA II</p>	<p>➤ Mengajar hari pertama di kelas XII IPA II, melakukan pengenalan sekaligus masuk dalam materi pertama. dalam proses pembelajaran pertama ini yang dilakukan mengenalkan teknik dasar permainan bola voli. Siswa diminta melakukan teknik dasar bola voli seperti passing atas dan passing bawah di tambah servis. Proses pembelajaran berjalan dengan lancar. Sebagian siswa sudah bisa melakukan teknik dasar bola voli tetapi masih ada beberapa siswa cewek yg belum bisa melakukan passing atas dan passing bawah.</p>	<p>➤ Banyak siswa yang belum pernah melakukan permainan bola voli dan belum mengetahui cara melakukan passing atas dan passing bawah</p>	<p>➤ Guru memberikan contoh bagaimana cara melakukan passing atas dan passing bawah dengan cara melakukan pendekatan dengan siswa yang tidak bisa</p>
--	--	-------------------------	--	--	---



## LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

**F02**  
untuk  
mahasiswa

**NAMA SEKOLAH** : SMA N 1 GAMPING  
**ALAMAT SEKOLAH** : Tegalyoso Banyuraden Gamping Sleman  
**GURU PEMBIMBING** : Drs. Gunawan  
**TAHUN PELAJARAN** : 2016/2017

**NAMA MAHASISWA** : Aris Widianoro  
**NO. MAHASISWA** : 13601241025  
**FAK/ PRODI** : FIK/PJKR  
**DOSEN PEMBIMBING** : Hedi Ardiyanto Hermawan, S.Pd., M. Or

### MINGGU KE II

No	Hari/tanggal	Materi Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
1.	Senin , 25 juli 2016	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Picket 3 S ( Senyum, sapa dan salam )</li> <li>➤ Upacara Bendera</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Picket 3 S dilakukan oleh 5 orang mahasiswa. kegiatan yang dilakukan berupa salaman bersama siswa yang baru datang. Mahasiswa berdiri di depan pendopo untuk menunggu siswa yang berdatangan. Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan contoh budaya 3 S yang harus diterapkan serta untuk mendekatkan diri antara siswa dan mahasiswa PPL</li> <li>➤ Upacara bendera pertama dalam penerjunan PPL. Petugas upacara yaitu dari OSIS yang diikuti 20 orang mahasiswa bersama guru dan seluruh siswa SMA N 1 Gamping.</li> </ul>	-	-



## LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

**F02**  
untuk  
mahasiswa

**NAMA SEKOLAH** : SMA N 1 GAMPING  
**ALAMAT SEKOLAH** : Tegalyoso Banyuraden Gamping Sleman  
**GURU PEMBIMBING** : Drs. Gunawan  
**TAHUN PELAJARAN** : 2016/2017

**NAMA MAHASISWA** : Aris Widianoro  
**NO. MAHASISWA** : 13601241025  
**FAK/ PRODI** : FIK/PJKR  
**DOSEN PEMBIMBING** : Hedi Ardiyanto Hermawan, S.Pd., M. Or

		<p>➤ KBM Kelas X B</p>	<p>➤ Mengajar hari pertama di kelas X B, pengenalan sekaligus masuk dalam materi pertama . dalam proses pembelajaran pertama ini yang dilakukan adalah pengenalan bersama semua siswa dan menjelaskan materi yaitu permainan sepak bola. siswa melakukan teknik dasar sepak bola yaitu <i>passing, control, dribbling</i> dan <i>shooting</i>. Dalam pertemuan pertama kali siswa susah melakukan berbagai macam teknik dasar dalam pembelajaran sepak bola. Rata-rata siswa sudah bisa melakukan.</p>	<p>➤ Siswa sulit melakukan teknik dasar sepak bola dan saat di terangkan siswa berbicara sendiri</p>	<p>➤ Guru tidak memarahi, tetapi melakukan pendekatan dengan memanggil nama siswa dalam kegiatan pembelajaran dengan di beri contoh cara melakukan cara yang benar ketika melakukan teknik dasar sepak bola.</p>
		<p>➤ Menjaga ruang piket</p>	<p>➤ Menjaga ruang piket berjumlah 2 orang mahasiswa pada jam ke 7-8. Pada hari ini tidak ada siswa yang izin</p>	-	-



## LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

**F02**  
untuk  
mahasiswa

**NAMA SEKOLAH** : SMA N 1 GAMPING  
**ALAMAT SEKOLAH** : Tegalyoso Banyuraden Gamping Sleman  
**GURU PEMBIMBING** : Drs. Gunawan  
**TAHUN PELAJARAN** : 2016/2017

**NAMA MAHASISWA** : Aris Widianoro  
**NO. MAHASISWA** : 13601241025  
**FAK/ PRODI** : FIK/PJKR  
**DOSEN PEMBIMBING** : Hedi Ardiyanto Hermawan, S.Pd., M. Or

2.	Selasa, 26 juli 2016	➤ KBM kelas X D	➤ Mengajar hari pertama di kelas X D, pengenalan sekaligus masuk dalam materi pertama . Dalam proses pembelajaran pertama ini yang dilakukan adalah pengenalan bersama semua siswa dan menjelaskan materi yaitu permainan sepak bola. Siswa melakukan teknik dasar sepak bola yaitu passing, control, dribbling dan shooting. Dalam pembelajaran ini semua siswa antusias dalam mengikuti pembelajaran. Akan tetapi dalam melakukan teknik dasar sepak bola masih kurang begitu bisa melakukannya karena siswa masih kurang bisa beradaptasi dengan permainan sepak bola. Dari 32 siswa yang melakukan teknik dasar sepak	➤ Banyak siswa yang kurang bisa melakukan teknik dasar sepak bola dan ketika di jelaskan mengenai materi siswa berbicara sendiri.	➤ Guru menjelaskan lagi mengenai cara melakukan passing, control dan dribbling kemudian melakukan pendekatan pada siswa yang kurang antusias dalam pembelajaran agar siswa mau meperhatikan dan mengikuti dalam pembelajaran
----	----------------------	-----------------	---	---	--





## LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

**F02**  
untuk  
mahasiswa

**NAMA SEKOLAH** : SMA N 1 GAMPING

**ALAMAT SEKOLAH** : Tegalyoso Banyuraden Gamping Sleman

**GURU PEMBIMBING** : Drs. Gunawan

**TAHUN PELAJARAN** : 2016/2017

**NAMA MAHASISWA** : Aris Widianoro

**NO. MAHASISWA** : 13601241025

**FAK/ PRODI** : FIK/PJKR

**DOSEN PEMBIMBING** : Hedi Ardiyanto Hermawan, S.Pd., M. Or

			bola, hanya 6 siswa yang masih kurang bisa melakukan teknik passing, kontrol, dan dribbling		
3.	Rabu, 27 juli 2016	➤ KBM XI IPA II	➤ Mengajar hari pertama di kelas XI IPA II, pengenalan sekaligus masuk dalam materi pertama . dalam proses pembelajaran pertama ini yang dilakukan adalah pengenalan bersama semua siswa dan menjelaskan materi yaitu permainan bola voli. siswa melakukan teknik dasar bola voli yaitu passing atas, passing bawah, servis atas dan servis bawah.. Dalam pembelajaran ini semua siswa antusias dalam mengikuti pembelajaran. Akan tetapi dalam melakukan teknik dasar bola voli masih .kurang begitu bisa	➤ Banyak siswa yang mengeluh saat melakukan passing bawah dan passing atas karena tangan siswa menjadi panas dan merah	➤ Guru memberikan motivasi dan pengertian tentang permainan bola voli kepada siswa



## LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

**F02**  
untuk  
mahasiswa

**NAMA SEKOLAH** : SMA N 1 GAMPING  
**ALAMAT SEKOLAH** : Tegalyoso Banyuraden Gamping Sleman  
**GURU PEMBIMBING** : Drs. Gunawan  
**TAHUN PELAJARAN** : 2016/2017

**NAMA MAHASISWA** : Aris Widianoro  
**NO. MAHASISWA** : 13601241025  
**FAK/ PRODI** : FIK/PJKR  
**DOSEN PEMBIMBING** : Hedi Ardiyanto Hermawan, S.Pd., M. Or

			melakukanya karena siswa masih jarang melakukan permainan bola voli. Dari 32 siswa yang melakukan teknik dasar bola voli, 12 siswa yang masih kurang bisa melakukan teknik passing atas dan passing bawah		
4.	Kamis, 28 juli 2016	➤ KBM Kelas XI IPS II	➤ Mengajar hari pertama di kelas XI IPS II, pengenalan sekaligus masuk dalam materi pertama . dalam proses pembelajaran pertama ini yang dilakukan adalah pengenalan bersama semua siswa dan menjelaskan materi yaitu permainan bola voli. siswa melakukan teknik dasar bola voli yaitu passing atas, passing bawah, servis atas dan servis bawah.. Dalam pembelajaran ini siswa kurang	➤ Siswa kurang antusias dalam mengikuti pembelajaran dan tidak bisa melakukan passing atas dan passing bawah	➤ Guru harus bisa melakukan pendekatan yang baik kepada semua siswa dan memodifikasi permainan agar siswa antusias



## LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

**F02**  
untuk  
mahasiswa

**NAMA SEKOLAH** : SMA N 1 GAMPING  
**ALAMAT SEKOLAH** : Tegalyoso Banyuraden Gamping Sleman  
**GURU PEMBIMBING** : Drs. Gunawan  
**TAHUN PELAJARAN** : 2016/2017

**NAMA MAHASISWA** : Aris Widianoro  
**NO. MAHASISWA** : 13601241025  
**FAK/ PRODI** : FIK/PJKR  
**DOSEN PEMBIMBING** : Hedi Ardiyanto Hermawan, S.Pd., M. Or

			antusias dalam mengikuti pembelajaran dan dalam melakukan teknik dasar bola voli masih .kurang begitu bisa melakukannya karena siswa sibuk bicara sendiri saat di jelaskan cara melakukan tekanik dasar bol voli.		
5.	Jum'at, 29 juli 2016	<p>➤ KBM Kelas XII IPA II</p> <p>➤ Piket Basecamp</p>	<p>➤ Ini merupakan pertemuan ke II dalam pembelajaran ini guru memberikan materi pembelajaran sepak bola dalam pembelajaran ini siswa sangat antusias dalam mengikutinya. Dalam pembelajaran ini siswa di teknik menyerang dan bertahan dalam permainan sepak bola.</p> <p>➤ Kegiatan membersihkan ruang basecamp yaitu dengan menyapu</p>	<p>➤ Masih ada sebagian siswa perempuan yang tidak bisa melakukan teknik dasar dalama sepak bola.</p> <p>-</p>	<p>➤ Guru harus bisa memodifikasi permainan agar siswa bisa mengikuti pembelajaran dengan baik dan menjelaskan cara melakukan sepak bola dengan benar.</p>



## LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

**F02**  
untuk  
mahasiswa

**NAMA SEKOLAH** : SMA N 1 GAMPING  
**ALAMAT SEKOLAH** : Tegalyoso Banyuraden Gamping Sleman  
**GURU PEMBIMBING** : Drs. Gunawan  
**TAHUN PELAJARAN** : 2016/2017

**NAMA MAHASISWA** : Aris Widianoro  
**NO. MAHASISWA** : 13601241025  
**FAK/ PRODI** : FIK/PJKR  
**DOSEN PEMBIMBING** : Hedi Ardiyanto Hermawan, S.Pd., M. Or

			lantai, merapikan kursi dan meja.		-
--	--	--	-----------------------------------	--	---

### MINGGU KE III

No	Hari/tanggal	Materi Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
1.	Senin , 1 agustus 2016	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Piket 3 S ( senyum, sapa, salam )</li> <li>➤ Upacara Bendera</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Piket 3 S dilakukan oleh 5 orang mahasiswa. kegiatan yang dilakukan berupa salaman bersama siswa yang baru datang. Mahasiswa berdiri di depan pendopo untuk menunggu siswa yang berdatangan. Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan contoh budaya 3 S yang harus diterapkan serta untuk mendekatkan diri antara siswa dan mahasiswa PPL</li> <li>➤ Upacara bendera kedua dalam penerjunan PPL, yang diikuti 20 orang</li> </ul>	-	-



## LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

**F02**  
untuk  
mahasiswa

**NAMA SEKOLAH** : SMA N 1 GAMPING  
**ALAMAT SEKOLAH** : Tegalyoso Banyuraden Gamping Sleman  
**GURU PEMBIMBING** : Drs. Gunawan  
**TAHUN PELAJARAN** : 2016/2017

**NAMA MAHASISWA** : Aris Widianoro  
**NO. MAHASISWA** : 13601241025  
**FAK/ PRODI** : FIK/PJKR  
**DOSEN PEMBIMBING** : Hedi Ardiyanto Hermawan, S.Pd., M. Or

		<p>➤ KBM Kelas X B</p> <p>➤ Menjaga ruang piket</p>	<p>mahasiswa bersama guru dan seluruh siswa SMA N 1 Gamping. Dengan petugas upacara yaitu kelas XII IPA I.</p> <p>➤ Ini merupakan pertemuan kedua dalam pembelajaran kelas X B. Dalam pembelajaran ini guru mengajarkan bagaimana cara melakukan teknik dasar bola voli yaitu passing atas, passing bawah, servis atas dan servis bawah. Dalam pembelajaran ini terdapat banyak kendala karena sebagian siswa perempuan masih belum bisa melakukan teknik dasar bola voli. Dari 32 siswa yang sudah bisa melakukan sebanyak 27 orang.</p> <p>➤ Menjaga ruang piket saya dan di</p>	<p>➤ Siswa takut dan tidak melakukan passing atas dan passing bawah</p>	<p>➤ Guru memberikan pengertian cara melakukan dan memberikan motivasi dalam mengikuti pembelajaran</p>
--	--	---	--	---	---



## LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

**F02**  
untuk  
mahasiswa

**NAMA SEKOLAH** : SMA N 1 GAMPING  
**ALAMAT SEKOLAH** : Tegalyoso Banyuraden Gamping Sleman  
**GURU PEMBIMBING** : Drs. Gunawan  
**TAHUN PELAJARAN** : 2016/2017

**NAMA MAHASISWA** : Aris Widianoro  
**NO. MAHASISWA** : 13601241025  
**FAK/ PRODI** : FIK/PJKR  
**DOSEN PEMBIMBING** : Hedi Ardiyanto Hermawan, S.Pd., M. Or

		➤ Ekstrakurikuler bola voli	<p>bantu lyna mahasiswa ppl pada jam ke 7-8. Pada hari ini tidak ada siswa yang izin.</p> <p>➤ Dalam kegiatan ekstrakurikuler ini saya dan aris membantu bapak Ningrum sebagai pelatih dalam menjalankan kegiatan ekstrakurikuler ini. Dalam kegiatan ekstrakurikuler ini diikuti 37 siswa dan di lakukan jam 15.30 – 17.30. materi yang diberikan passing atas dan passing bawah dalam permainan bola voli.</p>	➤ Kurangnya bola voli dan jam tunggu siswa untuk main sangat lama karena terkendala sarana dan prasarana yang masih kurang	➤ Guru harus bisa mengatur formasi permainan
2.	Selasa, 2 agustus 2016	➤ KBM kelas X D	➤ Ini merupakan pertemuan II dalam pembelajaran kelas X D. Dalam pembelajaran ini guru mengajarkan bagaimana cara melakukan teknik dasar bola voli yaitu passing atas,	➤ Siswa kurang antusias, takut mencoba teknik dasar dan tidak mau melakukan passing atas dan passing bawah	➤ Guru memberikan pengertian cara melakukan dan meberikan motivasi dalam mengikuti pembelajaran



## LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

**F02**  
untuk  
mahasiswa

**NAMA SEKOLAH** : SMA N 1 GAMPING  
**ALAMAT SEKOLAH** : Tegalyoso Banyuraden Gamping Sleman  
**GURU PEMBIMBING** : Drs. Gunawan  
**TAHUN PELAJARAN** : 2016/2017

**NAMA MAHASISWA** : Aris Widianoro  
**NO. MAHASISWA** : 13601241025  
**FAK/ PRODI** : FIK/PJKR  
**DOSEN PEMBIMBING** : Hedi Ardiyanto Hermawan, S.Pd., M. Or

			passing bawah, servis atas dan servis bawah. Dalam pembelajaran ini terdapat banyak kendala karena sebagian siswa perempuan masih takut untuk melakukan teknik dasar bola voli		
3.	Rabu, 3 agustus 2016	➤ KBM kelas XI IPA 11	➤ Ini merupakan pertemuan II untuk kelas XI IPA II. Dalam pembelajaran ini saya memberikan materi pembelajaran bola basket. Dalam kegiatan ini siswa antusias melakukannya karena dalam pembelajaran ini dalam bentuk permainan yang telah di modikasi dengan taktik menyerang dalam permainan bola basket	➤ Jumlah bola basket yang masih kurang dan siswa masih kurang mengerti tentang peraturan permainan basket	➤ Guru menjelaskan kembali tentang peraturan permainan basket dan memberikan contoh bagaimana cara melakukan teknik menyerang.
4..	Kamis, 4 agustus 2016	➤ KBM Kelas XI IPS II	➤ Ini merupakan pertemuan II untuk kelas XI IPS II. Dalam pembelajaran	➤ Kurang <p>pahamnya</p> peraturan permainan	➤ Memberikan pengertian dan menjelaskan peraturan bola



## LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

**F02**  
untuk  
mahasiswa

**NAMA SEKOLAH** : SMA N 1 GAMPING  
**ALAMAT SEKOLAH** : Tegalyoso Banyuraden Gamping Sleman  
**GURU PEMBIMBING** : Drs. Gunawan  
**TAHUN PELAJARAN** : 2016/2017

**NAMA MAHASISWA** : Aris Widianoro  
**NO. MAHASISWA** : 13601241025  
**FAK/ PRODI** : FIK/PJKR  
**DOSEN PEMBIMBING** : Hedi Ardiyanto Hermawan, S.Pd., M. Or

			ini saya memberikan materi pembelajaran bola basket. Dalam kegiatan ini siswa antusias melakukannya karena dalam pembelajaran ini dalam bentuk permainan yang telah di modikasi dengan taktik menyerang ( offensid )	bola basket	basket
		➤ Ekstrakurikuler Tenis Meja	➤ ekstrakurikuler Tenis Meja saya dan handini membantu teman ppl saya yaitu Aris Widianoro sebagai pelatih ekstrakurikuler tanis meja. Kegiatan ekstrakurikuler diikuti oleh 8 siswa dari kelas XI, kegiatan dimulai dari pukul 14.00-17.00. Materi latihan yaitu melakukan latihan fisik seperti jogging keliling lapangan sepak bola sebanyak 2 kali dan dilanjutkan situp		





## LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

**F02**  
untuk  
mahasiswa

**NAMA SEKOLAH** : SMA N 1 GAMPING  
**ALAMAT SEKOLAH** : Tegalyoso Banyuraden Gamping Sleman  
**GURU PEMBIMBING** : Drs. Gunawan  
**TAHUN PELAJARAN** : 2016/2017

**NAMA MAHASISWA** : Aris Widianoro  
**NO. MAHASISWA** : 13601241025  
**FAK/ PRODI** : FIK/PJKR  
**DOSEN PEMBIMBING** : Hedi Ardiyanto Hermawan, S.Pd., M. Or

			dan pusup. Setelah itu siswa mengenal cara memegang bet dan memberikan cara untuk melakukan gerakan pukulan fourhand. Serta memberikan penjelasan kepada siswa tentang peraturan dalam tenis meja.		
4.	Jum'at, 5 agustus 2016	➤ KBM Kelas XII IPA II	➤ Dalam pertemuan ketiga dengan kelas XII IPA II. Saya memberika materi permainan bola basket. Dalam pembelajaran ini saya memodifikasi permainan bola basket dengan permainan menyerang dan bertahan. Dalam menjalankan pembelajaran ini siswa kesulitan dalam melakukan teknik menyerang dan bertahan.	➤ Siswa kurang mengetahui peraturan bola basket yang sebenarnya dan belum terlalu bisa menguasai teknik dasar	➤ Guru memberikan atau menjelaskan peraturan bola basket yang sesungguhnya dan memberikan contoh permainan bola basket



## LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

**F02**  
untuk  
mahasiswa

**NAMA SEKOLAH** : SMA N 1 GAMPING  
**ALAMAT SEKOLAH** : Tegalyoso Banyuraden Gamping Sleman  
**GURU PEMBIMBING** : Drs. Gunawan  
**TAHUN PELAJARAN** : 2016/2017

**NAMA MAHASISWA** : Aris Widianoro  
**NO. MAHASISWA** : 13601241025  
**FAK/ PRODI** : FIK/PJKR  
**DOSEN PEMBIMBING** : Hedi Ardiyanto Hermawan, S.Pd., M. Or

### MINGGU KE IV

No	Hari/tanggal	Materi Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
1.	Senin , 8 agustus 2016	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Piket 3 S ( senyum, sapa, salam )</li> <li>➤ Upacara Bendera</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Piket 3 S dilakukan oleh 5 orang mahasiswa. kegiatan yang dilakukan berupa salaman bersama siswa yang baru datang. Mahasiswa berdiri di depan pendopo untuk menunggu siswa yang berdatangan. Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan contoh budaya 3 S yang harus diterapkan serta untuk mendekatkan diri antara siswa dan mahasiswa PPL</li> <li>➤ Upacara bendera ke empat dalam penerjunan PPL, yang diikuti 20 orang mahasiswa bersama guru dan</li> </ul>	-	-



## LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

**F02**  
untuk  
mahasiswa

**NAMA SEKOLAH** : SMA N 1 GAMPING  
**ALAMAT SEKOLAH** : Tegalyoso Banyuraden Gamping Sleman  
**GURU PEMBIMBING** : Drs. Gunawan  
**TAHUN PELAJARAN** : 2016/2017

**NAMA MAHASISWA** : Aris Widianoro  
**NO. MAHASISWA** : 13601241025  
**FAK/ PRODI** : FIK/PJKR  
**DOSEN PEMBIMBING** : Hedi Ardiyanto Hermawan, S.Pd., M. Or

		<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ KBM Kelas X B</li> </ul>	<p>seluruh siswa SMA N 1 Gamping.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Dalam pertemuan ketiga dengan kelas X B saya memberikan materi pembelajaran bola basket. melakukan teknik dasar dalam permainan bola basket yaitu chest past, bounce past, over had past dan dribbling. Semua siswa dalam mengikuti pembelajaran sangat antusias. Dari 32 siswa yang sudah lancar dalam melakukan teknik dasar sebanyak 15 siswa</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Siswa kurang percaya diri melakukan dan masih belum bisa dalam melakukan teknik dasar bola basket</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Memberikan motivasi dan pengungatan kepada semua siswa</li> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Konsultasi RPP</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Konsultasi rpp dengan dosen pembimbing lapangan bapak hedi ardiyanto hermawan. S.pd. M. Or</li> </ul>		



## LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

**F02**  
untuk  
mahasiswa

**NAMA SEKOLAH** : SMA N 1 GAMPING  
**ALAMAT SEKOLAH** : Tegalyoso Banyuraden Gamping Sleman  
**GURU PEMBIMBING** : Drs. Gunawan  
**TAHUN PELAJARAN** : 2016/2017

**NAMA MAHASISWA** : Aris Widianoro  
**NO. MAHASISWA** : 13601241025  
**FAK/ PRODI** : FIK/PJKR  
**DOSEN PEMBIMBING** : Hedi Ardiyanto Hermawan, S.Pd., M. Or

		➤ Menjaga ruang piket	➤ Menjaga ruang piket berjumlah 2 orang mahasiswa pada jam ke 7-8. Pada hari ini terdapat 1 orang siswa yang izin pulang karena mengambil buku.		
2.	Selasa, 9 agustus 2016	➤ KBM Kelas X D  ➤ Ekstrakurikuler Tenis Meja	➤ Dalam pertemuan ketiga dengan kelas X D saya memberikan materi pembelajaran bola basket. Di sini saya memberikan menjelaskan cara melakukan teknik dasar dalam permainan bola basket yaitu chest past, bounce past, over had past dan dribbling. Semua siswa dalam mengikuti pembelajaran sangat antusias.  Pelatih ekstrakurikuler Tenis Meja yaitu saya sendiri dan disini saya di	➤ Belum bisa melakukan teknik dasar bola basket	➤ Guru memberikan contoh bagaimana cara melaukan teknik dasr dengan benar



## LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

**F02**  
untuk  
mahasiswa

**NAMA SEKOLAH** : SMA N 1 GAMPING  
**ALAMAT SEKOLAH** : Tegalyoso Banyuraden Gamping Sleman  
**GURU PEMBIMBING** : Drs. Gunawan  
**TAHUN PELAJARAN** : 2016/2017

**NAMA MAHASISWA** : Aris Widianoro  
**NO. MAHASISWA** : 13601241025  
**FAK/ PRODI** : FIK/PJKR  
**DOSEN PEMBIMBING** : Hedi Ardiyanto Hermawan, S.Pd., M. Or

			bantu oleh sulis dan dini mahasiswa PPL UNY. Kegiatan ekstrakurikuler diikuti oleh 8 siswa dari kelas XI, kegiatan dimulai dari pukul 14.00-17.00. Materi latihan yaitu berlatih pukulan dasar <i>fourhand</i> . Seluruh siswa dapat menguasai materi latihan.		
3.	Rabu , 10 agustus 2016	➤ KBM XI IPA II	➤ Dalam pertemuan ketiga ini di kelas XI IPA II. Saya memberikan materi pembelajaran sepak bola. Dalam pembelajaran ini siswa sangat antusias dalam mengikuti permainan bola basket. Materi yang saya berikan teknik menyerang dan teknik bertahan. Dari 32 siswa, 20 siswa udah bisa melakukan dan 12 siswa masih susah dan belum bisa melakukan teknik dasar	➤ Masih kurang paham dengan peraturan permainan sepak bola dan teknik dasar belum menguasai	➤ Menjelaskan kembali peraturan sepak bola dan memberikan contoh teknik dasar



## LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

**F02**  
untuk  
mahasiswa

**NAMA SEKOLAH** : SMA N 1 GAMPING  
**ALAMAT SEKOLAH** : Tegalyoso Banyuraden Gamping Sleman  
**GURU PEMBIMBING** : Drs. Gunawan  
**TAHUN PELAJARAN** : 2016/2017

**NAMA MAHASISWA** : Aris Widianoro  
**NO. MAHASISWA** : 13601241025  
**FAK/ PRODI** : FIK/PJKR  
**DOSEN PEMBIMBING** : Hedi Ardiyanto Hermawan, S.Pd., M. Or

4.	Kamis, 11 agustus 2016	➤ KBM Kelas XI IPS II	➤ Dalam pertemuan ketiga ini di kelas XI IPS II. Saya memberikan materi pembelajaran sepak bola. Dalam pembelajaran ini siswa sangat antusias dalam mengikuti permainan bola basket. Materi yang saya berikan teknik menyerang dan teknik bertahan	➤ Kurang sarana dan prasarana seperti terkendala bola Cuma 2 dan dalam melakukan teknik dasar siswa masih belum terlalu bisa	➤ Guru memodifikasi permainan dan menjelaskan cara melakukan teknik dasar
5.	Jum'at, 12 agustus 2016	➤ KBM Kelas XII IPA I	➤ Dalam pertemuan ke 4 dengan kelas XII IPA II. Saya memberikan materi senam lantai yaitu sikap meroda dan roll depan. Siswa dalam mengikuti pembelajaran ini kurang antusias, dari 32 siswa yang bisa melakukan hanya 18 orang. Siswa masih takut untuk melakukan.	➤ Takut untuk melakukan dan siswa kurang antusias	➤ Memberikan motivasi kepada siswa dan memberikan contoh gerakan yang benar

MINGGU KE V



## LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

**F02**  
untuk  
mahasiswa

**NAMA SEKOLAH** : SMA N 1 GAMPING  
**ALAMAT SEKOLAH** : Tegalyoso Banyuraden Gamping Sleman  
**GURU PEMBIMBING** : Drs. Gunawan  
**TAHUN PELAJARAN** : 2016/2017

**NAMA MAHASISWA** : Aris Widianoro  
**NO. MAHASISWA** : 13601241025  
**FAK/ PRODI** : FIK/PJKR  
**DOSEN PEMBIMBING** : Hedi Ardiyanto Hermawan, S.Pd., M. Or

No	Hari/tanggal	Materi Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
1.	Senin , 15 agustus 2016	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Piket 3 S ( senyum, sapa dan salam )</li> <li>➤ Upacara Bendera</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Piket 3 S dilakukan oleh 5 orang mahasiswa. kegiatan yang dilakukan berupa salaman bersama siswa yang baru datang. Mahasiswa berdiri di depan pendopo untuk menunggu siswa yang berdatangan. Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan contoh budaya 3 S yang harus diterapkan serta untuk mendekatkan diri antara siswa dan mahasiswa PPL</li> <li>➤ Upacara bendera ke lima dalam penerjunan PPL, yang diikuti 20 orang mahasiswaPPL UNY dan di ikuti 10 mahasiswa UPY bersama guru dan seluruh siswa SMA N 1 Gamping.</li> </ul>		



## LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

**F02**  
untuk  
mahasiswa

**NAMA SEKOLAH** : SMA N 1 GAMPING  
**ALAMAT SEKOLAH** : Tegalyoso Banyuraden Gamping Sleman  
**GURU PEMBIMBING** : Drs. Gunawan  
**TAHUN PELAJARAN** : 2016/2017

**NAMA MAHASISWA** : Aris Widianoro  
**NO. MAHASISWA** : 13601241025  
**FAK/ PRODI** : FIK/PJKR  
**DOSEN PEMBIMBING** : Hedi Ardiyanto Hermawan, S.Pd., M. Or

		<ul style="list-style-type: none"><li>➤ KBM Kelas X B</li><li>➤ Evaluasi dan konsultasi RPP</li><li>➤ Jaga ruang piket</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Dalam pertemuan ke IV dengan kelas X B. Saya memberikan materi senam lantai yaitu sikap lilin dan roll depan. Siswa dalam mengikuti pembelajaran siswa banyak antusias. Akan tetapi untuk siswa perempuan masih takut untuk mencoba</li><li>➤ Konsultasi rpp dengan dosen pembimbing lapangan bapak hedi ardiyanto hermawan. S.pd. M. Or</li><li>➤ Menjaga ruang piket saya dan di bantu lyna mahasiswa ppl pada jam ke 7-8. Pada hari ini tidak ada siswa yang izin.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Ada sebagian siswa yang tidak berani melakukan gerakan roll depan</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Guru memberikan contoh gerakan roll depan secara detail dan memberikan penguatan dan motivasi</li></ul>
--	--	--	---	---	---





## LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

**F02**  
untuk  
mahasiswa

**NAMA SEKOLAH** : SMA N 1 GAMPING  
**ALAMAT SEKOLAH** : Tegalyoso Banyuraden Gamping Sleman  
**GURU PEMBIMBING** : Drs. Gunawan  
**TAHUN PELAJARAN** : 2016/2017

**NAMA MAHASISWA** : Aris Widianoro  
**NO. MAHASISWA** : 13601241025  
**FAK/ PRODI** : FIK/PJKR  
**DOSEN PEMBIMBING** : Hedi Ardiyanto Hermawan, S.Pd., M. Or

2.	Selasa, 16 agustus 2016	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ KBM Kelas X D</li> <li>➤ Ekstrakurikuler Tenis Meja</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Dalam pertemuan ke IV dengan kelas X D . Saya memberikan materi senam lantai yaitu sikap lilin dan roll depan. Siswa dalam mengikuti pembelajaran siswa kurang antusias di karenakan takut untuk melakukan gerakan senam lantai. Dan untuk siswa laki-laki sebagian sudah bisa melakukan berjumlah 9 siswa</li> <li>➤ Pelatih ekstrakurikuler Tenis Meja yaitu saya sendiri dan di bantu oleh Dini dan Sulis teman mahasiswa PPL UNY. Kegiatan ekstrakurikuler diikuti oleh 7 siswa dari kelas XI, kegiatan dimulai dari pukul 14.00-17.00. Materi latihan yaitu berlatih pukulan dasar <i>fourhand drive</i>. Seluruh siswa</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Banyak siswa yang tidak berani melakukan gerakan roll depan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Memberikan penguatan dan meberikan contoh langkah-langkah gerakan roll depan</li> </ul>
----	----------------------------	---	--	---	--



## LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

**F02**  
untuk  
mahasiswa

**NAMA SEKOLAH** : SMA N 1 GAMPING  
**ALAMAT SEKOLAH** : Tegalyoso Banyuraden Gamping Sleman  
**GURU PEMBIMBING** : Drs. Gunawan  
**TAHUN PELAJARAN** : 2016/2017

**NAMA MAHASISWA** : Aris Widianoro  
**NO. MAHASISWA** : 13601241025  
**FAK/ PRODI** : FIK/PJKR  
**DOSEN PEMBIMBING** : Hedi Ardiyanto Hermawan, S.Pd., M. Or

			dapat menguasai materi latihan.		
3.	Rabu, 17 agustus 2016	➤ Upacara hari peringatan kemerdekaan RI	➤ Dalam kegiatan ini mahasiswa ppl UNY dan mahasiswa ppl dan di ikuti guru SMA N 1 Gamping beserta siswa melakukan upacara bendera untuk memperingati hari kemerdekaan RI Yyang ke 71	-	-
4.	Kamis, 18 agustus 2016	➤ KBM Kelas XI IPS II	➤ Dalam pertemuan ke IV dengan kelas XI IPS II. Saya memberikan materi senam lantai yaitu sikap roll depan dan roll belakang. Siswa dalam mengikuti pembelajaran siswa kurang antusias di karenakan takut untuk melakuakan gerakan senam lantai dan saat di jelaskan siswa tidak memephratihan contoh..	➤ Siswa kurang memephratikan ketika di berikan contoh dan siswa tidak mau mencoba gerakan roll belakang	➤ Guru memberikan contoh gerakan senam roll depan dan roll belakang
5.	Jum'at, 19 agustus 2016	➤ KBM Kelas XII IPA II	➤ Dalam pertemuan V ini di kelas XII IPA II. Saya memberikan materi	➤ Terbatasnya sarana dan prasarana seperti start	➤ Memodifikasi permainan tanpa menggunakan alat



## LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

**F02**  
untuk  
mahasiswa

**NAMA SEKOLAH** : SMA N 1 GAMPING  
**ALAMAT SEKOLAH** : Tegalyoso Banyuraden Gamping Sleman  
**GURU PEMBIMBING** : Drs. Gunawan  
**TAHUN PELAJARAN** : 2016/2017

**NAMA MAHASISWA** : Aris Widianoro  
**NO. MAHASISWA** : 13601241025  
**FAK/ PRODI** : FIK/PJKR  
**DOSEN PEMBIMBING** : Hedi Ardiyanto Hermawan, S.Pd., M. Or

			pembelajaran atletik. Dalam pembelajaran ini siswa sangat antusias dalam mengikuti mat pembelajaran atletik. Materi yang saya berikan teknik star jongkok. Ratarata siswa sudan bisa melakukan start jongkok.	blog	
6.	Sabtu, 20 agustus 2016	➤ Pelatihan upacara	➤ Dalam kegiatan ini mahasiswa PPL UNY melakukan latihan upacara bendera untuk memperingati HUT SMA N 1 GAMPING KE 24.		

MINGGU KE VI



## LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

**F02**  
untuk  
mahasiswa

**NAMA SEKOLAH** : SMA N 1 GAMPING  
**ALAMAT SEKOLAH** : Tegalyoso Banyuraden Gamping Sleman  
**GURU PEMBIMBING** : Drs. Gunawan  
**TAHUN PELAJARAN** : 2016/2017

**NAMA MAHASISWA** : Aris Widianoro  
**NO. MAHASISWA** : 13601241025  
**FAK/ PRODI** : FIK/PJKR  
**DOSEN PEMBIMBING** : Hedi Ardiyanto Hermawan, S.Pd., M. Or

No	Hari/tanggal	Materi Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
1.	Senin , 22 agustus 2016	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Jaga piket 3S (s senyum, sapa dan salam )</li> <li>➤ KBM Kelas X B</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Piket 3 S dilakukan oleh 5 orang mahasiswa. kegiatan yang dilakukan berupa salaman bersama siswa yang baru datang. Mahasiswa berdiri di depan pendopo untuk menunggu siswa yang berdatangan. Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan contoh budaya 3 S yang harus diterapkan serta untuk mendekatkan diri antara siswa dan mahasiswa PPL</li> <li>➤ Dalam pertemuan ke lima dengan kelas X B. Saya memberikan materi pembelajaran atletik yaitu start jongkok. Dalam pembelajaran ini hampir semua siswa udah bisa</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Kurangnya alat dan prasarana yang kurang memadai seperti star blok</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Guru memodifikasi dengan menggunakan peraturan dan alat byang sudah dimodifikasi</li> </ul>



## LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

**F02**  
untuk  
mahasiswa

**NAMA SEKOLAH** : SMA N 1 GAMPING  
**ALAMAT SEKOLAH** : Tegalyoso Banyuraden Gamping Sleman  
**GURU PEMBIMBING** : Drs. Gunawan  
**TAHUN PELAJARAN** : 2016/2017

**NAMA MAHASISWA** : Aris Widianoro  
**NO. MAHASISWA** : 13601241025  
**FAK/ PRODI** : FIK/PJKR  
**DOSEN PEMBIMBING** : Hedi Ardiyanto Hermawan, S.Pd., M. Or

		➤ Menjaga ruang piket	melakukan dengan baik. Dari 32 siswa yang sudah bisa melakukan sebanyak 27 siswa.  ➤ Menjaga ruang piket saya dan di bantu lyna mahasiswa ppl pada jam ke 7-8. Pada hari ini tidak ada siswa yang izin.		
2.	Selasa, 23 agustus 2016	➤ Jaga piket 3S (s senyum, sapa dan salam )	➤ Piket 3 S dilakukan oleh 5 orang mahasiswa. kegiatan yang dilakukan berupa salaman bersama siswa yang baru datang. Mahasiswa berdiri di depan pendopo untuk menunggu siswa yang berdatangan. Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan contoh budaya 3 S yang harus diterapkan serta untuk mendekatkan diri antara siswa dan mahasiswa PPL		



## LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

**F02**  
untuk  
mahasiswa

**NAMA SEKOLAH** : SMA N 1 GAMPING  
**ALAMAT SEKOLAH** : Tegalyoso Banyuraden Gamping Sleman  
**GURU PEMBIMBING** : Drs. Gunawan  
**TAHUN PELAJARAN** : 2016/2017

**NAMA MAHASISWA** : Aris Widianoro  
**NO. MAHASISWA** : 13601241025  
**FAK/ PRODI** : FIK/PJKR  
**DOSEN PEMBIMBING** : Hedi Ardiyanto Hermawan, S.Pd., M. Or

		<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Upacara HUT SMA N 1 Gamping</li><li>➤ Jalan sehat memperingati HUT SMA N 1 GAMPING</li><li>➤ Lomba Tumpeng antar kelas</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Mahasiswa PPL UNY melakukan upacara bendera untuk memperingati hari HUT SMA N 1 GAMPING yang ke 24. Di sini yang bertugas menjadi petugas upacara adalah seluruh mahasiswa ppl UNY dan ppl UPY.</li><li>➤ Jalan sehat untuk memperingati HUT SMA N 1 GAMPING. Di ikuti seluruh guru serta siswa dan di ikuti seluruh mahasiswa ppl UNY dan ppl UPY. Untuk rute jalan sehat ini mengelilingi kawasan SMA N 1 gamping dengan jarakan 2 km.</li><li>➤ Perlombaan tumpeng yang di ikuti seluruh siswa perwakilan kelas dan</li></ul>		
--	--	--	--	--	--



## LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

**F02**  
untuk  
mahasiswa

**NAMA SEKOLAH** : SMA N 1 GAMPING  
**ALAMAT SEKOLAH** : Tegalyoso Banyuraden Gamping Sleman  
**GURU PEMBIMBING** : Drs. Gunawan  
**TAHUN PELAJARAN** : 2016/2017

**NAMA MAHASISWA** : Aris Widianoro  
**NO. MAHASISWA** : 13601241025  
**FAK/ PRODI** : FIK/PJKR  
**DOSEN PEMBIMBING** : Hedi Ardiyanto Hermawan, S.Pd., M. Or

		<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Berlatih untuk pentas seni HUT SMA N 1 Gamping</li> </ul>	<p>mahasiswa ppl UNY dan ppl UPY.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Untuk memperingati HUT SMA N 1 GAMPING, mahasiwa ppl UNY dan ppl UPY berlatih pentas senis flasmoop.</li> </ul>		
3.	Rabu, 24 agustus 2016	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ KBM kelas X I IPA II</li> <li>➤ Berlatih untuk pentas seni HUT SMA N 1 Gamping</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Dalam pertemuan ke 4 dengan kelas XI IPA II. Saya memberikan materi senam lantai yaitu sikap roll depan dan roll belakang. Siswa dalam mengikuti pembelajaran siswa kurang antusias di karenakan takut untuk melakukan gerakan roll depan dan roll belakang</li> <li>➤ Untuk memperingati HUT SMA N 1 GAMPING, mahasiwa ppl UNY dan ppl UPY berlatih pentas senis</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Siswa takut untuk melakukan gerakan roll depan dan roll belakang</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Memberikan pengutan dan memberikan secara secara detai dalam melakukan gerakan roll depan dan roll belakang</li> </ul>



## LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

**F02**  
untuk  
mahasiswa

**NAMA SEKOLAH** : SMA N 1 GAMPING  
**ALAMAT SEKOLAH** : Tegalyoso Banyuraden Gamping Sleman  
**GURU PEMBIMBING** : Drs. Gunawan  
**TAHUN PELAJARAN** : 2016/2017

**NAMA MAHASISWA** : Aris Widianoro  
**NO. MAHASISWA** : 13601241025  
**FAK/ PRODI** : FIK/PJKR  
**DOSEN PEMBIMBING** : Hedi Ardiyanto Hermawan, S.Pd., M. Or

			flasmoop.		
4.	Kamis, 25 agustus 2016	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pentas seni</li> <li>➤ Membuat penjor</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Mahasiswa ppl UNY dan ppl UPY menampilkan pentas seni flasmoop untuk memperingati HUT SMA N 1 GAMPING.</li> <li>➤ Membuat penjor untuk kesenian wayang yang akan di tampilkan dalam acara utama untuk memperingati HUT SMA N 1 GAMPING.</li> </ul>		
5.	Jum'at, 26 agustus 2016	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Sarasehan</li> <li>➤ Koordinasi panitia</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Dalam acara ini mendatangkan 2 pembicara dari dinas kebudayaan Kabupaten SLEMAN. Dalam acara ini siswa dan pembicara bertanya jawab berkaitan kebudaayan yang ada dalam lingkungan sekolah</li> <li>➤ Menyiapak alat yang digunakan</li> </ul>		





## LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

**F02**  
untuk  
mahasiswa

**NAMA SEKOLAH** : SMA N 1 GAMPING  
**ALAMAT SEKOLAH** : Tegalyoso Banyuraden Gamping Sleman  
**GURU PEMBIMBING** : Drs. Gunawan  
**TAHUN PELAJARAN** : 2016/2017

**NAMA MAHASISWA** : Aris Widianoro  
**NO. MAHASISWA** : 13601241025  
**FAK/ PRODI** : FIK/PJKR  
**DOSEN PEMBIMBING** : Hedi Ardiyanto Hermawan, S.Pd., M. Or

		<p>wayangan</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Persiapan acara wayangan</li> <li>➤ Pementasan wayangan</li> </ul>	<p>untuk acara wayangan yang merupakan acara utama dalam memperingati HUT SMA N 1 GAMPING.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Membagi tugas masing-masing mahasiswa ppl UNY dan ppl UPY dalam acara wayangan.</li> <li>➤ Semua mahasiwa ppl UNY dan ppl UPY menonton acara wayangan yang merupakan acara utama dalam HUT SMA N 1 GAMPING.</li> </ul>		
6.	Sabtu, 27 agustus 2016	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Bersih – bersih basecamp PPL UNY</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Semua mahasiwa ppl UNY dan ppl UPY dengan di bantu siswa membersihkan ruang kelas dan mengembalikan sarana ke tempata semula</li> </ul>		



## LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

**F02**  
untuk  
mahasiswa

**NAMA SEKOLAH** : SMA N 1 GAMPING  
**ALAMAT SEKOLAH** : Tegalyoso Banyuraden Gamping Sleman  
**GURU PEMBIMBING** : Drs. Gunawan  
**TAHUN PELAJARAN** : 2016/2017

**NAMA MAHASISWA** : Aris Widianoro  
**NO. MAHASISWA** : 13601241025  
**FAK/ PRODI** : FIK/PJKR  
**DOSEN PEMBIMBING** : Hedi Ardiyanto Hermawan, S.Pd., M. Or

### MINGGU KE VII

No	Hari/tanggal	Materi Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
1.	Senin , 29 agustus 2016	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Piket jaga 3 S ( senyum, sapa dan salam )</li> <li>➤ KBM Kelas X C</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Piket 3 S dilakukan oleh 5 orang mahasiswa. kegiatan yang dilakukan berupa salaman bersama siswa yang baru datang. Mahasiswa berdiri di depan pendopo untuk menunggu siswa yang berdatangan. Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan contoh budaya 3 S yang harus diterapkan serta untuk mendekatkan diri antara siswa dan mahasiswa PPL</li> <li>➤ Dalam pembelajaran ini saya memberikan materi permainan bola voli. Antusias siswa dalam pembelajaran ini sangat baik karena</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Sarana dan prasarana yang masih kurang dan perlunya penyesuaian dengan bola voli</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Memodifikasi permainan sehingga semua siswa dapat melakukan passing bawah dan passing atas</li> </ul>



## LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

**F02**  
untuk  
mahasiswa

**NAMA SEKOLAH** : SMA N 1 GAMPING  
**ALAMAT SEKOLAH** : Tegalyoso Banyuraden Gamping Sleman  
**GURU PEMBIMBING** : Drs. Gunawan  
**TAHUN PELAJARAN** : 2016/2017

**NAMA MAHASISWA** : Aris Widianoro  
**NO. MAHASISWA** : 13601241025  
**FAK/ PRODI** : FIK/PJKR  
**DOSEN PEMBIMBING** : Hedi Ardiyanto Hermawan, S.Pd., M. Or

			siswa udah bisa melakukan teknik passing bawah dan pasiing atas.	sehingga saat melakukan passing bawah tidak meras sakit	
2.	Selasa, 30 agustus 2016	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ KBM Kelas X D</li> <li>➤ Ekstrakurikuler Tenis Meja</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Dalam pembelajaran ini saya memberikan materi permainan bola voli. Antusias siswa dalam pembelajaran ini sanagt baik karena siswa udah bisa melakukan teknik passing bawah dan pasiing atas. Hanya saja dalam pembelajarean hari ini masih terkendala minimnya bola voli</li> <li>➤ Pelatih ekstrakurikuler Tenis Meja yaitu Aris Widianoro dan di bantu oleh saya sendiri dan dini teman mahasiswa PPL UNY. Kegiatan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Sarana dan prasarana yang masih kurang dan perlunya dadptasi ngan bola voli sehingga saat melakukan passing bawah tidak meras sakit</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Memodifikasi permainan sehingga semua siswa dapat melakukan passing bawah dan pasiing atas</li> </ul>



## LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

**F02**  
untuk  
mahasiswa

**NAMA SEKOLAH** : SMA N 1 GAMPING  
**ALAMAT SEKOLAH** : Tegalyoso Banyuraden Gamping Sleman  
**GURU PEMBIMBING** : Drs. Gunawan  
**TAHUN PELAJARAN** : 2016/2017

**NAMA MAHASISWA** : Aris Widianoro  
**NO. MAHASISWA** : 13601241025  
**FAK/ PRODI** : FIK/PJKR  
**DOSEN PEMBIMBING** : Hedi Ardiyanto Hermawan, S.Pd., M. Or

			ekstrakurikuler diikuti oleh 8 siswa dari kelas XI, kegiatan dimulai dari pukul 14.00-17.00. Materi latihan yaitu berlatih pukulan dasar <i>fourhand spin</i> . Siswa yang dapat menguasai materi latihan ada 6 dan 2 siswa masih belum lancar dalam melakukan.		
3.	Rabu, 31 agustus 2016	➤ KBM Kelas XI IPA II	➤ Dalam pembelajaran ini memberikan materi tentang pentingnya menjaga kesehatan tubuh dan menghindari bahayanya HIV	➤ Siswa kurang mengikuti dengan antusias	➤ Memberikan materi dengan media gara siswa tidak bosan
4.	Kamis, 1 september 2016	➤ KBM Kelas XI IPS II	➤ Dalam pertemuan ke VI dengan kelas XI IPS II memberikan materi pembelajaran atletik yaitu lompat tinggi gaya stradle. Dalam pembelajaran ini siswa kurang antusias mengikuti pembelajaran. Sebagian siswa susah melakukan	➤ Keterbatasan saran dan prasarana dalam melakukan siswa masih kurang serius.	➤ Memodifikasi permainan



## LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

**F02**  
untuk  
mahasiswa

**NAMA SEKOLAH** : SMA N 1 GAMPING  
**ALAMAT SEKOLAH** : Tegalyoso Banyuraden Gamping Sleman  
**GURU PEMBIMBING** : Drs. Gunawan  
**TAHUN PELAJARAN** : 2016/2017

**NAMA MAHASISWA** : Aris Widianoro  
**NO. MAHASISWA** : 13601241025  
**FAK/ PRODI** : FIK/PJKR  
**DOSEN PEMBIMBING** : Hedi Ardiyanto Hermawan, S.Pd., M. Or

			lompat tinngi gaya stradle. Siswa masih takut melakukan lompat tinggi gaya straddle		
5.	Jum'at, 2 september 2016	➤ KBM Kelas XII IPA II	➤ Dalam pembelajaran ini saya memberikan materi pembelajaran permainan bola basket. Dengan taktik shooting dengan benar. Siswa dalam pembelajaran hari ini masih susah melakukan shooting dengan akurasi yang tepat	➤ Masih susah dalam melakukan shooting dengan akurasi yang tepat	➤ Memberikan contoh bagaimana cara melaukan teknik shooting dengan benar

### MINGGU KE VIII

No	Hari/tanggal	Materi Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
----	--------------	-----------------	-------	----------	--------



## LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

**F02**  
untuk  
mahasiswa

**NAMA SEKOLAH** : SMA N 1 GAMPING  
**ALAMAT SEKOLAH** : Tegalyoso Banyuraden Gamping Sleman  
**GURU PEMBIMBING** : Drs. Gunawan  
**TAHUN PELAJARAN** : 2016/2017

**NAMA MAHASISWA** : Aris Widianoro  
**NO. MAHASISWA** : 13601241025  
**FAK/ PRODI** : FIK/PJKR  
**DOSEN PEMBIMBING** : Hedi Ardiyanto Hermawan, S.Pd., M. Or

1.	Senin , 5 september 2016	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Pikat jaga 3 S ( senyum, sapa dan salam )</li><li>➤ Upacara Bendera</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Piket 3 S dilakukan oleh 5 orang mahasiswa. kegiatan yang dilakukan berupa salaman bersama siswa yang baru datang. Mahasiswa berdiri di depan pendopo untuk menunggu siswa yang berdatangan. Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan contoh budaya 3 S yang harus diterapkan serta untuk mendekatkan diri antara siswa dan mahasiswa PPL</li><li>➤ Upacara bendera ke lima dalam penerjunan PPL, yang diikuti 20 orang mahasiswaPPL UNY dan di ikuti 10 mahasiswa UPY bersama guru dan seluruh siswa SMA N 1 Gamping.</li></ul>		
----	--------------------------	---	---	--	--



## LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

**F02**  
untuk  
mahasiswa

**NAMA SEKOLAH** : SMA N 1 GAMPING  
**ALAMAT SEKOLAH** : Tegalyoso Banyuraden Gamping Sleman  
**GURU PEMBIMBING** : Drs. Gunawan  
**TAHUN PELAJARAN** : 2016/2017

**NAMA MAHASISWA** : Aris Widianoro  
**NO. MAHASISWA** : 13601241025  
**FAK/ PRODI** : FIK/PJKR  
**DOSEN PEMBIMBING** : Hedi Ardiyanto Hermawan, S.Pd., M. Or

		<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ KBM Kelas X B</li> <li>➤ Piket jaga ruang</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Dalam pertemuan ini saya memberikan materi pembelajaran bola basket yaitu teknik shooting underring,. Dalam pembelajaran ini siswa cukup antusias mengikuti. Siswa termotivasi memasukan bola kedalamring</li> <li>➤ Menjaga ruang piket berjumlah 2 orang mahasiswa pada jam ke 7-8. Pada hari ini tidak ada siswa yang izin</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Siswa kesusahan memantulkan bola ke papan pantul dan bola yang tidak tidak standart</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Memberikan contoh cara melakukan underring dengan benar</li> </ul>
2.	Selasa, 6 september 2016	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ KBM Kelas X D</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Dalam pertemuan ini saya memberikan materi pembelajaran bola basket yaitu teknik shooting underring,. Dalam pembelajaran ini siswa cukup antusias mengikuti nya karen siswa berusaha memasukan sebanyak-banyak ke dalam ring</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Siswa kesusahan memantulkan bola ke papan pantul dan bola yang tidak tidak</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Memberikan contoh cara melakukan underring dengan benar</li> </ul>



## LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

**F02**  
untuk  
mahasiswa

**NAMA SEKOLAH** : SMA N 1 GAMPING  
**ALAMAT SEKOLAH** : Tegalyoso Banyuraden Gamping Sleman  
**GURU PEMBIMBING** : Drs. Gunawan  
**TAHUN PELAJARAN** : 2016/2017

**NAMA MAHASISWA** : Aris Widianoro  
**NO. MAHASISWA** : 13601241025  
**FAK/ PRODI** : FIK/PJKR  
**DOSEN PEMBIMBING** : Hedi Ardiyanto Hermawan, S.Pd., M. Or

		<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Evaluasi dan persiapan konsultasi laporan</li><li>➤ Ekstrakurikuler tenis meja</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Mengevaluasi pembelajaran yang sudah saya lakukan dan konsultasi laporan PPL</li><li>➤ Pelatih ekstrakurikuler Tenis Meja yaitu saya sendiri disini sulis bantu oleh saya dan dini teman mahasiswa PPL UNY. Kegiatan ekstrakurikuler diikuti oleh 8 siswa dari kelas XI, kegiatan dimulai dari pukul 14.00-17.00. Materi latihan yaitu berlatih pukulan dasar pukulan backhand Seluruh siswa dapat menguasai materi latihan.</li></ul>		
3.	Rabu, 7 september 2016	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ KBM Kelas XI IPA II</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Dalam pertemuan ini saya memberikan materi pembelajaran bola basket yaitu teknik menyerang dan bertahan.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Terkendala kurang taunya peraturan yang asli permainan bola</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Terkendala kurang taunya peraturan yang asli permainan bola basket.</li></ul>





## LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

**F02**  
untuk  
mahasiswa

**NAMA SEKOLAH** : SMA N 1 GAMPING  
**ALAMAT SEKOLAH** : Tegalyoso Banyuraden Gamping Sleman  
**GURU PEMBIMBING** : Drs. Gunawan  
**TAHUN PELAJARAN** : 2016/2017

**NAMA MAHASISWA** : Aris Widianoro  
**NO. MAHASISWA** : 13601241025  
**FAK/ PRODI** : FIK/PJKR  
**DOSEN PEMBIMBING** : Hedi Ardiyanto Hermawan, S.Pd., M. Or

			Dalam pembelajaran ini siswa cukup antusias mengikuti nya karena siswa berusaha memasukan sebanyak-banyak ke memasukan bola ke dalam ring	basket.	
4.	Kamis, 8 september 2016	➤ KBM Kelas XI IPS II	➤ Dalam petemuan ini saya memberikan materi pembelajaran bola basket yaitu teknik menyerang dan bertahan. Dalam pembelajaran ini siswa cukup antusias mengikuti nya karena siswa sudah memahami peraturan bola basket	➤ Kurangnya sarana dan prasaranan.	➤ Memodifikasi permainan
5.	Jum'at, 9 september 2016	➤ KBM Kelas XII IPA II	➤ Pertemuan yang terakhir dalam pelaksanaan PPL di sini saya memberikan pembelajaran permainan bola basket, taktik menyerang dan taktik bertahan	➤ Kurang sarana dan prasarana	➤ Memodifikasi permainan



## LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

**F02**  
untuk  
mahasiswa

**NAMA SEKOLAH** : SMA N 1 GAMPING  
**ALAMAT SEKOLAH** : Tegalyoso Banyuraden Gamping Sleman  
**GURU PEMBIMBING** : Drs. Gunawan  
**TAHUN PELAJARAN** : 2016/2017

**NAMA MAHASISWA** : Aris Widianoro  
**NO. MAHASISWA** : 13601241025  
**FAK/ PRODI** : FIK/PJKR  
**DOSEN PEMBIMBING** : Hedi Ardiyanto Hermawan, S.Pd., M. Or

### MINGGU KE IX

No	Hari/tanggal	Materi Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
1.	Senin , 12 september 2016	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Picket 3 S ( senyum, sapa dan salam )</li> <li>➤ Upacara Bendera</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Picket 3 S dilakukan oleh 5 orang mahasiswa. kegiatan yang dilakukan berupa salaman bersama siswa yang baru datang. Mahasiswa berdiri di depan pendopo untuk menunggu siswa yang berdatangan. Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan contoh budaya 3 S yang harus diterapkan serta untuk mendekatkan diri antara siswa dan mahasiswa PPL</li> <li>➤ Upacara bendera dalam penerjunan PPL, yang diikuti 20 orang mahasiswaPPL UNY dan di ikuti 10 mahasiswa UPY bersama guru dan</li> </ul>		-



## LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

**F02**  
untuk  
mahasiswa

**NAMA SEKOLAH** : SMA N 1 GAMPING  
**ALAMAT SEKOLAH** : Tegalyoso Banyuraden Gamping Sleman  
**GURU PEMBIMBING** : Drs. Gunawan  
**TAHUN PELAJARAN** : 2016/2017

**NAMA MAHASISWA** : Aris Widianoro  
**NO. MAHASISWA** : 13601241025  
**FAK/ PRODI** : FIK/PJKR  
**DOSEN PEMBIMBING** : Hedi Ardiyanto Hermawan, S.Pd., M. Or

		➤ Jaga ruang piket	<p>seluruh siswa SMA N 1 Gamping.</p> <p>➤ Menjaga ruang piket berjumlah 2 orang mahasiswa pada jam ke 7-8. Pada hari ini tidak ada siswa yang izin</p>		
2.	Selasa, 13september 2016	<p>➤ Ekstrakurikuler Tenis Meja</p> <p>➤ Evaluasi dan laporan PPL</p>	<p>➤ Pelatih ekstrakurikuler Tenis Meja yaitu saya sendiri dan di bantu oleh Dini dan Sulis teman mahasiswa PPL UNY. Kegiatan ekstrakurikuler diikuti oleh 8 siswa dari kelas XI, kegiatan dimulai dari pukul 14.00-17.00. Materi latihan yaitu berlatih pukulan dasar <i>backhand</i>. Seluruh siswa dapat menguasai materi latihan.</p> <p>➤ Mengevaluasi pembelajaran yang sudah saya lakuakn selama 2 bulan dan konsultasi masalah laporan PPL</p>		



## LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

**F02**  
untuk  
mahasiswa

**NAMA SEKOLAH** : SMA N 1 GAMPING  
**ALAMAT SEKOLAH** : Tegalyoso Banyuraden Gamping Sleman  
**GURU PEMBIMBING** : Drs. Gunawan  
**TAHUN PELAJARAN** : 2016/2017

**NAMA MAHASISWA** : Aris Widianoro  
**NO. MAHASISWA** : 13601241025  
**FAK/ PRODI** : FIK/PJKR  
**DOSEN PEMBIMBING** : Hedi Ardiyanto Hermawan, S.Pd., M. Or

5.	Jumat , 16 september	➤ Penarikan PPL UNY	➤ Dalam penarikan ini diikuti 20 mahasiswa PPL UNY, kepala sekolah SMA N 1 GAMPING dan serta 10 guru pamong, serta 3 perwakilan mahasiswa UPY		
----	-------------------------	---------------------	---	--	--

**Mengetahui:**

**Gamping, September 2016**

**Kepala SMA N 1 GAMPING**

**Dosen Pembimbing Lapangan**

**Mahasiswa PPL UNY**

**Drs. Yunus**

**NIP. 19580927 198503 1 008**

**Setyawan Pujiono S.Pd.,M,pd**

**NIP. 19800114200604100**

**Aris Widianoro**

**NIM. 13601241025**



## LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

**F02**  
untuk  
mahasiswa

**NAMA SEKOLAH** : SMA N 1 GAMPING  
**ALAMAT SEKOLAH** : Tegalyoso Banyuraden Gamping Sleman  
**GURU PEMBIMBING** : Drs. Gunawan  
**TAHUN PELAJARAN** : 2016/2017

**NAMA MAHASISWA** : Aris Widianoro  
**NO. MAHASISWA** : 13601241025  
**FAK/ PRODI** : FIK/PJKR  
**DOSEN PEMBIMBING** : Hedi Ardiyanto Hermawan, S.Pd., M. Or

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah	: SMA N 1 GAMPING
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani,Olaharga dan Kesehatan
Kelas/semester	: X/1 (Ganjil)
Materi Pokok	: Permainan Bola Besar (Sepak Bola)
Kurikulum	: KTSP
Alokasi Waktu	: 90 menit
Ketrampilan mengajar	: Menyeluruh

### A. Standar Kompetensi

1. Memperaktikkan berbagai keterampilan permainan olahraga dalam bentuk sederhana dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya.

### B. Kompetensi Dasar

- 1.1 Mempraktikkan keterampilan bermain sepak bola dengan menggunakan alat dan peraturan yang dimodifikasi serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri

### C. Indikator

Aspek-aspek	Indikator
Kognitif	a. Siswa dapat mengetahui cara melakukan <i>dribbling</i> , <i>passing</i> dan <i>control</i>
Afektif	a. Melakukan doa sebelum pembelajaran b. Menunjukkan sikap menghargai perbedaan karakteristik individual dalam mengikuti pembelajaran c. Menunjukkan sikap percaya diri dalam melakukan pembelajaran d. Menunjukkan sikap disiplin dan semangat selama melakukan pembelajaran
Psikomotorik	a. Melakukan variasi dan kombinasi <i>dribbling</i> , <i>passing</i> dan <i>control</i>

### D. Tujuan

Siswa mampu melakukan *dribbling* dengan meggunakan punggung kaki dan mampu melakukan *control* dengan menggunakan kaki bagian dalam dan *passing* dengan menggunakan kaki bagian dalam sebanyak 10 kali.

E. Materi Pembelajaran

Konsep

- 1. Pengertian permainan sepak bola

Sepak bola adalah permainan bola yang dimainkan 2 tim dengan masing-masing pemain beranggotakan 11 orang. Permainan sepak bola bertujuan untuk mncetak goal sebanyak-banyaknya dengan menggunakan bola kulit yang berukuran 27-28 inci.

F. Metode Pembelajaran

- 1. Komando
- 2. Demonstrasi
- 3. Latihan
- 4. Permainan

G. Media, Sarpras dan Sumber Belajar

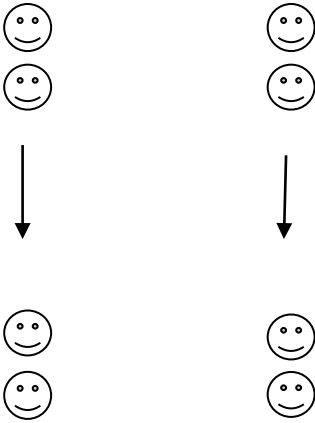
- 1. Media
  - a. Guru memberikan contoh
- 2. Sarpras
  - a. Bola basket
  - b. Cone
  - c. Peluit
  - d. Lapangan sepak bola
  - e. Jam tangan/ *stopwatch*
- 3. Sumber
  - a. KEMENDIKBUD. 2014. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan kelas X*. Jakarta: pusat kurikulum dan balitbang, kemendikbud.

H. Langkah-langkah pembelajaran

KEGIATAN	DISKRIPSI	WAKTU
Pendahuluan	<div>1. Membariskan siswa menjadi 3 bershaf,lalu di lakukan salam dan berdoa agar diberi kelancaran aktivitas olahraga dan mendapatkan ilmu yang bermanfaat, serta dilanjutkan dengan presensi dan menanyakan kondisi siswa.</div> <div>2. Memberikan motivasi pada siswa</div> <div>3. Apersepsi</div> <div>Apersepsi adalah mengaitkan sesuatu yang telah didapat siswa dengan materi yang akan di pelajari, apersepsi bisa dilakukan dengan guru menanyakan kepada siswa.</div>	15 Menit

	<ul style="list-style-type: none"><li>a. Apa yang anak-anak ketahui tentang permainan dalam pembelajaran bola besar?</li><li>b. Pernahkah anak-anak melakukan permainan sepak bola?</li><li>c. Apa yang anak-anak ketahui tentang permainan sepak bola?</li><li>d. Kemudian guru memperlihatkan alat-alat yang digunakan dalam permainan sepak bola.</li></ul> <p>4. Siswa melakukan pemanasan. Pemanasan dilakukan bentuk statis dan bentuk permainan. Nama permainan: kucing gerak Cara bermain untuk pemain ini :</p> <ul style="list-style-type: none"><li>a. Tunjuk 2 siswa menjadi kucing</li><li>b. Siswa yang lain membetuk lingkaran, siswa yang menjadi kucing berusaha merebut bola yang di mainkan</li><li>c. apabila siswa yang menjadi kucing dapat merebut bola maka mereka akan bergantian/<i>rolling</i></li></ul>	
INTI	<p>1. <b>Eksplorasi</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>a. memberikan contoh gerakan <i>dribbling</i>, <i>passing</i> dan <i>shooting</i></li><li>b. siswa melakukan teknik <i>dribbling</i>, <i>passing</i> dan <i>shooting</i> dengan cara bermain.</li></ul> <p>2. <b>Elaborasi</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>a. Melakukan teknik <i>dribbling</i> Cara melakukan</li><li>1) Saat posisi menguasai bola untuk di giring usahakan atur kekuatan menedang bola.</li><li>2) Saat melakukan <i>dribbling</i> menggunakan kaki bagian luar atau punggung kaki</li><li>3) Pada saat melakukan <i>dribbling</i> atur keseimbangan badan 1 kaki menguasai bola sedangkan kaki lain sebagai tumpuhan.</li><li>4) Pandangan harus focus agar saat</li></ul>	65 Menit



	<p>melakukan <i>dribbling</i> tetap stabil .</p> <p>b. Melakukan teknik <i>passing</i></p> <p>Cara melakukan</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1) Letakan salah satu kaki tumpu di sebelah bola, kaki tumpu jangan terlalu jauh atau melebihi bola.</li><li>2) Kaki untuk menendang ditarik kebelakang kemudian diayun mengenai bola, perkenaan bola harus tepat di tengah bola atau sedikit keatas.</li></ol> <p>c. Melakukan teknik <i>control</i></p> <p>Cara melakukan</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1) Sikap tubuh menghadap kea rah datangnya bola.</li><li>2) Pergelangan kaki yang digunakan untuk mengontrol di putar kea rah luar</li><li>3) Kaki tumpu lututnya sedikit ditekuk dan kedua tangan bergerak secara rileks untuk keseimbangan.</li><li>4) Kaki yang di gunakan untuk mengontrol bola diangkat diarahkan ke datangnya bola</li><li>5) Bola di setuh bagian kaki bagian dalam.</li></ol> <p>d. Melakukan dengan formasi</p> <div><div></div></div> <p>Cara melakukan:</p> <p>Siswa yang beradadi depan melakukan <i>dribbling</i> sampai ke tengah lalu melakukan <i>passing</i> dan berlari ke arah barisan belakang, lalu teman yang di barisan depan tadi</p>	
--	--	--

	<p>menerima bola dengan melakukan <i>control</i>. Setelah melakukan <i>control</i> siswa melakukan gerakan sama seperti teman yang pertama, dilakukan berulang-ulang.</p> <p><b>3. Konfirmasi</b></p> <p>Dalam kegiatan konfirmasi guru</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Siswa melakukan kembali gerakan <i>dribbling, passing</i> dan <i>control</i></li> <li>Guru bersama peserta didik bertanya jawab untuk membenarkan kesalahan pahaman dan memberi penguatan.</li> </ol>	
<b>Penutup</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Melakukan pendinginan berupa permainan Cara bermain: <ol style="list-style-type: none"> <li>Siswa membentuk lingkaran lalu salah satu siswa memegang bola dan memberikan ke pada temanya</li> <li>Apabila siswa sudah melempar bola maka pelempar berhak memberikan pertanyaan tentang olahraga</li> <li>Penerima bola berhak untuk menjawab apabila salah menjawab akan di beri hukuman memberikan gerakan pemanasan.</li> </ol> </li> <li>Evaluasi Mengevaluasi materi pembelajaran dengan memberi pertanyaan kepada peserta didik yang berkaitan dengan pembelajara.</li> <li>Menutup pembelajaran dengan berdoa dan memberi salam</li> </ol>	<b>10 Menit</b>

**I. Penilaian**

Teknik Penilaian

- Tes unjuk kerja (keterampilan)

Melakukan *dribbling, passing* dan *control* secara keseluruhan dengan benar.

Penilaian terhadap kualitas untuk kerja peserta ujian, dengan rentang nilai antara 1 sampai 3.

Nilai = jumlah skor yang diperoleh x 40%

**Jumlah skor maksimal**
- Pengamatan sikap

Selama proses pembelajaran guru mengamati sikap yang muncul pada saat anak melakukan kegiatan. Sikap yang diharapkan selama proses pembelajaran, yaitu menaati aturan dari guru, disiplin, semangat dalam mengikuti pembelajaran, menghargai teman dan menunjukkan sikap percaya diri.

Berikan tanda cek ( v ) pada kolom yang sudah disediakan, setiap siswa menunjukkan atau menampilkan perilaku yang diharapkan. Tanda cek diberikan jika memenuhi kriteria penilaian.

Nilai = jumlah skor yang diperoleh x 30%

Jumlah skor maksimal

- c. Tes kemampuan kognitif ( pengetahuan )
- Menjawab pertanyaan-pertanyaan mengenai olahraga permainan sepak bola
- Keterangan :
- Penilaian terhadap kualitas penilaian peserta ujian, dengan rentang nilai antar 1 sampai 2

Nilai = jumlah skor yang diperoleh x 30%

Jumlah skor maksimal

RUBRIK PENILAIAN

UNJUK KERJA/KETERAMPILAN PERMAINAN BOLA BASKET

ASPEK YANG DINILAI	SKOR			JUMLAH
	1	2	3	
1. Melakukan teknik <i>dribbling dengan baik</i>				
2. Melakukan teknik <i>passing</i> dengan baik				
3. Melakukan teknik <i>control dengan baik</i>				
JUMLAH				
JUMLAH SKOR MAKSIMAL: 9				

- Kriteria Penilaian Keterampilan (unjuk kerja)
- Kriteria skor
- a. Melakukan teknik dribbling dengan benar

1. Skor 3 jika siswa dapat melakukan teknnik *dribbling* dengan baik dengan perkenaan bola di punggung kaki dan saat *dribbling* padangan lurus ke depan dan kecepatan tetap stabil.
  2. Skor 2 jika siswa dapat melakukan *dribbling* padangan lurus ke depan akan tetapi laju bola tidk stabil.
  3. Skor 1 jika siswa dapat melakukan *control* dengan padangan mata kea rah bawah dan laju bola tidak terarah.
- b. Melakukan teknik *passing* dengan benar
1. Skor 3 jika siswa dapat melakukan teknik *passing* dengan perkenaan bola tepat mengarah ke sasaran dan bola stabil mendarat.
  2. Skor 2 jika siswa dapat melakukan teknik *passing* dengan mengarahtepat ke sasaran akan tetapi laju bola tidak stabil tinggi ke atas.
  3. Skor 1 jika siswa melakukan teknik *passing* tidak mengarah ke sasaran
- c. Melakukan teknik *control* dengan benar
1. Skor 3 jika siswa dapat melakukan teknik *control* dengan menggunakan kaki dalam dan bola dapat berhenti.
  2. Skor 2 jika siswa dapat melakukan teknik *control* dengan menggunkkan punggung kaki dan bola memantul tidak berhenti
  3. Skor 1 jika siswa melakukan teknik control tetapi bola tidak bisa berhenti.

NILAI KETERAMPILAN/UNJUK KERJA =

Jumlah Skor
X 40%

Skor Maksimal

RUBRIK PENILAIAN

PENGETAHUAN PERMAINAN SEPAK BOLA

Butir Peryataan	Kriteria pensekoran		Jumlah
	1	2	
1. Jelaskan apa yang dimaksud sepak bola?			
2. Sebutkan teknik dasar dalam permainan sepak bola?			
Jumlah			
Jumlah skor maksimal = 4			

1. Yang di maksud permainan sepak bola dalah
 

Permainan sepak bola adalah permainan bola yang dimainkan 2 tim dengan masing-masing pemain beranggotakan 11 orang.

2. Teknik dasar dalam permainan bola sepak bola
  - a. Teknik *passing*
  - b. Teknik *control*
  - c. Teknik *dribbling*
  - d. Teknik *shooting*

**Kriteria penilaian**

1. skor 2 jika siswa mampu jelaskan dengan baik dan tepat  
     skor 1 jika siswa sudah menjawab tetapi jawabanya masih kurang
2. jika siswa mampu memberikan 3 jawaban teknik dasar sepak bola  
     jika siswa mampu memberikan 2 jawaban teknik dasar sepak bola

NILAI KOGNITIF/PNGETAHUAN
=
Jumlah Skor
X
30%

SKOR MAKSIMAL

**RUBRIK PENILAIAN**

**PERILAKU/SIKAP DALAM MATERI PERMAINAN SEPAK BOLA**

N0	PERILAKU YANG DINILAI	Cek ( v )		
		Baik	Sedang	Kurang
1	Kerja sama			
2	Tanggung jawab			
3	Disiplin			
	Jumlah nilai afektif/sikap			

- BAIK

= 80-100
- SEDANG

= 60-79
- KURANG

= 40-59

**Rekapitulasi Penilaian**

N0	Nama peserta didik	Aspek-AspekPenilaian			Keterangan
		pengetahuan	Sikap	ketrampilan	
1					
2					
3					

4					
5					
6					

Jumlah skor yang diperoleh

**Nilai Akhir (NA) = Pengetahuan + sikap + keterampilan**

Aspek PenilaianTiga

**Keterangan :**

1. Mendapat nilai Sangat Baik, jika skor antara = 91 – 100%
2. Mendapat nilai Baik, jika skor antara = 80 – 90%
3. Mendapat nilai Cukup, jika skor antara = 70 – 79%
4. Mendapat nilai Kurang, jika skor antara = 60 – 69%
5. Mendapat nilai Kurang Sekali, jika skor antara = Kurang dari 60%

Gamping, 25 Juli 2016

Menyetujui:

Guru Pembimbing

Mahasiswa

Drs. Gunawan

NIP. 19590210 198703 1 009

Aris Widianoro

NIM. 13601241025

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah : SMA N 1 GAMPING

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani,Olaharga dan Kesehatan

Kelas/semester : X/1 (Ganjil)

Materi Pokok : Permainan Bola Besar (Bola Basket)

Kurikulum : KTSP

Alokasi Waktu : 90 menit

Ketrampilan mengajar : Menyeluruh

A. Standar Kompetensi

- 1. Memperaktikkan berbagai keterampilan permainan olahraga dalam bentuk sederhana dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya.

B. Kompetensi Dasar

- 1.1 mempraktikkan keterampilan bermain sepak bola dengan menggunakan alat dan peraturan yang dimodifikasi serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri

C. Indikator

Aspek-aspek	Indikator
Kognitif	a. Siswa dapat mengetahui cara melakukan <i>dribbling</i> , <i>passing chest pass</i> dan dan <i>shooting</i>
Afektif	a. Melakukan doa sebelum pembelajaran b. Menunjukan sikap menghargai perbedaan karakteristik individual dalam mengikuti pembelajaran c. Menunjukan sikap percaya diri dalam melakukan pembelajaran d. Menunjukan sikap disiplin dan semangat selama melakukan pembelajaran
Psikomotorik	a. Melakukan variasi dan kombinasi <i>driblling</i> , <i>passing chest pass</i> dan <i>shooting</i>

D. Tujuan

Siswa mampu melakukan *dribbling* dengan baik dan mampu melakukan *passing chest pass* dan *shooting* sebanyak 10 kali.

## **E. Materi Pembelajaran**

### **Konsep**

#### 1. Pengertian permainan bola basket

Bola basket merupakan permainan olahraga bola besar yang dimainkan secara berkelompok yang terdiri atas 2 tim beranggotakan masing-masing 5 orang yang saling bertanding mencetak poin dengan memasukkan bola ke keranjang lawan. Tujuan permainan bola basket adalah mencetak poin sebanyak-banyaknya dengan memasukkan bola ke keranjang lawan dan mencegah kemasukan bola ke keranjang sendiri.

Teknik dasar dalam permainan bola basket yang perlu dikuasai untuk menunjang permainan yang baik

- a. *Passing dan catching* (mengoper dan menangkap)
- b. *Dribble* (menggiring bola)
- c. *Shooting*
- d. *Pivot*
- e. *Jump shot*
- f. *Rebound*

Dalam melakukan teknik passing dalam permainan basket ada 3 yaitu *overhad pass*, *chest pass* dan *bounce pass*

## **F. Metode Pembelajaran**

1. Komando
2. Demonstrasi
3. Latihan
4. Permainan

## **G. Media, Sarpras dan Sumber Belajar**

#### 1. Media

- a. Guru memberikan contoh

#### 2. Sarpras

- a. Bola basket
- b. Cone
- c. Peluit
- d. Lapangan basket
- e. Jam tangan/ *stopwatch*

#### 3. Sumber

- a. KEMENDIKBUD. 2014. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan kelas X*. Jakarta: pusat kurikulum dan balitbang, kemendikbud.



H. Langkah-langkah pembelajaran

KEGIATAN	DISKRIPSI	WAKTU
Pendahuluan	<div>1. Membariskan siswa menjadi 3 bershaf, lalu di lakukan salam dan berdoa agar diberi kelancaran aktivitas olahraga dan mendapatkan ilmu yang bermanfaat, serta dilanjutkan dengan presensi dan menanyakan kondisi siswa.</div> <div>2. Memberikan motivasi pada siswa</div> <div>3. Apersepsi</div> <div>Apersepsi adalah mengaitkan sesuatu yang telah didapat siswa dengan materi yang akan di pelajari, apersepsi bisa dilakukan dengan guru menanyakan kepada siswa.</div> <div><div>a. Apa yang anak-anak ketahui tentang permainan dalam pembelajaran bola besar?</div><div>b. Pernahkah anak-anak melakukan permainan bola basket?</div><div>c. Apa yang anak-anak ketahui tentang permainan bola basket?</div><div>d. Kemudian guru memperlihatkan alat-alat yang digunakan dalam permainan bola basket.</div></div> <div>4. Siswa melakukan pemanasan. Pemanasan dilakukan bentuk statis dan bentuk permainan.</div> <div>Nama permainan: bola api</div> <div>Cara bermain untuk permaina ini :</div> <div><div>a. Tunjuk 2 siswa menjadi pelempar bola basket</div><div>b. Siswa yang lain menjadi yang di lempar</div><div>c. Untuk melempar bola basket harus di bawah lutut</div><div>d. Siswa yang di lempar bola basket harus berada di lingkaran yang di tentukan</div><div>e. Apabila siswa yang di lempar mengenai bola basket makan akan bergantian menjadi pelempar.</div></div>	15 Menit
INTI	<div>1. Eksplorasi</div> <div>a. memberikan contoh gerakan <i>dribble, chest</i></div>	65 Menit

	<p><i>pass dan shooting</i> (menembak dengan satu tangan)</p> <p>b. siswa melakukan teknik <i>dribble, passing chest pass</i> dan <i>shooting</i> (menembak dengan satu tangan) dengan bergantian.</p> <p><b>2. Elaborasi</b></p> <p>a. Melakukan teknik dribble bola basket dalam bentuk latihan</p> <p>b. Melakukan teknik <i>passing chest pass</i> dan <i>shooting</i> dengan satu tangan dalam bentuk latihan yang benar</p> <p>c. Melakukan permainan bola basket dengan menggunakan teknik <i>dribble, chest pass</i> dan <i>shooting</i></p> <p><b>3. Konfirmasi</b></p> <p>Dalam kegiatan konfirmasi guru</p> <p>a. Guru bertanya untuk mengetahui bahwa peserta didik sudah memahami atau belum tentang pembelajaran yang sudah di terangkan oleh guru.</p> <p>b. Guru bersama peserta didik bertanya jawab untuk membenarkan kesalahan pahaman dan memberi penguatan.</p>	
<b>Penutup</b>	<p>1. Melakukan pendinginan berupa permainan</p> <p>Cara bermain:</p> <p>a. Siswa membentuk lingkaran lalu salah satu siswa dan bergandengan tangan.</p> <p>b. Salahsatu siswa memegang simpay lalu disalurkan keteman sampingnya tanpa melepas pegangan tangan.</p> <p>2. Evaluasi</p> <p>Mengevaluasi materi pembelajaran dengan memberi pertanyaan kepada peserta didik yang berkaitan dengan pembelajara.</p> <p>3. Menutup pembelajaran dengan berdoa dan memberi salam</p>	<b>10 Menit</b>

## I. Penilaian

### Teknik Penilaian

#### a. Tes unjuk kerja (keterampilan)

Melakukan *dribble*, *passing chest pass* dan *shooting* secara keseluruhan dengan benar.

Penilaian terhadap kualitas unjuk kerja peserta ujian, dengan rentang nilai antara 1 sampai 3.

Nilai = jumlah skor yang diperoleh x 40%

**Jumlah skor maksimal**

#### b. Pengamatan sikap

Selama proses pembelajaran guru mengamati sikap yang muncul pada saat anak melakukan kegiatan. Sikap yang diharapkan selama proses pembelajaran, yaitu menaati aturan dari guru, disiplin, semangat dalam mengikuti pembelajaran, menghargai teman dan menunjukkan sikap percaya diri.

Berikan tanda cek ( v ) pada kolom yang sudah disediakan, setiap siswa menunjukkan atau menampilkan perilaku yang diharapkan. Tanda cek diberikan jika memenuhi kriteria penilaian.

Nilai = jumlah skor yang diperoleh x 30%

**Jumlah skor maksimal**

#### c. Tes kemampuan kognitif ( pengetahuan )

Menjawab pertanyaan-pertanyaan mengenai olahraga permainan bola basket

Keterangan :

Penilaian terhadap kualitas penilaian peserta ujian, dengan rentang nilai antar 1 sampai 2

Nilai = jumlah skor yang diperoleh x 30%

**Jumlah skor maksimal**

**RUBRIK PENILAIAN**  
**UNJUK KERJA/KETERAMPILAN PERMAINAN BOLA BASKET**

ASPEK YANG DINILAI	SKOR			JUMLAH
	1	2	3	
1. Melakukan teknik <i>dribble</i> bola basket dengan baik 2. Melakukan teknik <i>passing chest</i> dengan baik 3. Melakukan teknik <i>shooting</i> satu tangan dengan baik				
JUMLAH				
JUMLAH SKOR MAKSIMAL: 9				

Kriteria Penilaian Keterampilan (unjuk kerja)

Kriteria skor

- a. Melakukan teknik dribble dengan benar
  - 1. Skor 3 jika siswa dapat melakukan teknnik *dribble* dengan baik dengan mencekram bola basket dan pantulan bola basket saat menerima setinggi pinggang
  - 2. Skor 2 jika siswa dapat melakukan *dribble* tetapi cara memegang bola salah
  - 3. Skor 1 jika siswa dapat melakukan *dribble* salah dalam memegang bola dan pantulan di bawah pinggang
- b. Melakukan teknik *passing chest pass* dengan benar
  - 1. Skor 3 jika siswa dapat melakukan teknik *passing chest pass* dengan posisi saat memegang bola di depan dada dan lemparan lurus tepat kea rah sasaran.
  - 2. Skor 2 jika siswa dapat melakukan teknik *passing chest pass* dengan lemparan tidak pas ke target.
  - 3. Skor 1 jika siswa melakukan *teknik passing chest pass* dengan saat melakukan posisi memegang bola salah dan lemparan kurang keras dan tidak mengarah ke target.

- c. Melakukan teknik *shooting* dengan benar
  - 1. Skor 3 jika siswa dapat melakukan teknik *shooting* dengan posisi kaki selebar bahu, posisi tangan benar dan *shooting* tepat ke target
  - 2. Skor 2 jika siswa dapat melakukan teknik *shooting* dengan posisi kaki salah dan *shooting* mengarah ke target
  - 3. Skor 1 jika siswa melakukan teknik *shooting* dengan posisi kaki salah dan *shooting* tidak mengarah ke target

NILAI KETERAMPILAN/UNJUK KERJA =  $\frac{\text{JUMLAH SKOR}}{\text{SKOR MAKSIMAL}} \times 40\%$

**RUBRIK PENILAIAN**  
**PENGETAHUAN PERMAINAN BOLA BASKET**

Butir Peryataan	Kriteria pensekoran		Jumlah
	1	2	
1. Jelaskan apa yang dimaksud bola basket?			
2. Sebutkan teknik passing dalam permainan bola basket?			
<b>Jumlah</b>			
<b>Jumlah skor maksimal = 4</b>			

- 1. Yang di maksud permainan bola basket adalah
 

Permainan bola basket adalah merupakan olahraga bola besar yang di mainkan secara berkelompok yang terdiri atas dua tim beranggotkan masing-masing 5 orang yang saling bertanding mencetak poin dengan memasukan bola ke keranjang/ ring lawan.
- 2. Teknik passing dalam permainan bola basket
  - a. Teknik *passing chest pass*
  - b. Teknik *passing bounce pass*
  - c. Teknik *passing overhad pass*

**Kriteria penilaian**

- 1. skor 2 jika siswa mampu jelaskan dengan baik dan tepat
 

skor 1 jika siswa sudah menjawab tetapi jawabanya masih kurang
- 2. jika siswa mampu memberikan 3 teknik *passing* bola basket
 

jika siswa mampu memberikan 2 jawaban teknik *passing* bola basket

**NILAI KOGNITIF/PNGETAHUAN = JUMLAH SKOR X 30%**  
**SKOR MAKSIMAL**

**RUBRIK PENILAIAN**

**PERILAKU/SIKAP DALAM MATERI PERMAINAN BOLA BASKET**

N0	PERILAKU YANG DINILAI	Cek ( v )		
		Baik	Sedang	Kurang
1	Kerja sama			
2	Tanggung jawab			
3	Disiplin			
	Jumlah nilai afektif/sikap			

**BAIK = 80-100**  
**SEDANG = 60-79**  
**KURANG = 40-59**

**Rekapitulasi Penilaian**

N0	Nama peserta didik	Aspek-AspekPenilaian			Keterangan
		Pengetahuan	Sikap	Ketrampilan	
1					
2					
3					
4					

Jumlah skor yang diperoleh

**Nilai Akhir (NA) = Pengetahuan + sikap + keterampilan**

Aspek Penilaian Tiga

**Keterangan :**

1. Mendapat nilai Sangat Baik, jika skor antara = 91 – 100%
2. Mendapat nilai Baik, jika skor antara = 80 – 90%
3. Mendapat nilai Cukup, jika skor antara = 70 – 79%
4. Mendapat nilai Kurang, jika skor antara = 60 – 69%
5. Mendapat nilai Kurang Sekali, jika skor antara = Kurang dari 60%

Gamping, 25 Juli 2016

Menyetujui

Guru Pembimbing

Mahasiswa

Drs. Gunawan

NIP. 19590210 198703 1 009

Aris Widianoro

NIM. 13601241025

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah : SMA N 1 GAMPING

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani,Olahraga dan Kesehatan

Kelas/semester : X/1 (Ganjil)

Materi Pokok : Permainan Bola Besar (Bola Basket)

Kurikulum : KTSP

Alokasi Waktu : 90 menit

Ketrampilan mengajar : Menyeluruh

A. Standar Kompetensi

- 1. Mempraktikkan berbagai keterampilan permainan olahraga dalam bentuk sederhana dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya.

B. Kompetensi Dasar

- 1.1 Mempraktikkan keterampilan bermain sepak bola dengan menggunakan alat dan peraturan yang dimodifikasi serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri

C. Indikator

Aspek-aspek	Indikator
Kognitif	a. Siswa dapat mengetahui cara melakukan <i>dribbling dan under ring</i>
Afektif	a. Melakukan doa sebelum pembelajaran b. Menunjukkan sikap menghargai perbedaan karakteristik individual dalam mengikuti pembelajaran c. Menunjukkan sikap percaya diri dalam melakukan pembelajaran d. Menunjukkan sikap disiplin dan semangat selama melakukan pembelajaran
Psikomotorik	a. Melakukan variasi dan kombinasi <i>dribbling dan under ring</i>

D. Tujuan

Siswa mampu melakukan *dribbling* dengan tangan lentur dan *under ring shooting* selama 30 detik

E. Materi Pembelajaran

Konsep

- 1. Pengertian permainan bola basket
- Bola basket merupakan permainan olahraga bola besar yang di mainkan secara berkelompok yang terdiri atas 2 tim beranggotakan masing-masing 5



orang yang saling bertanding mencetak poin dengan memasukan bola ke keranjang lawan . tujuan permainan bola basket adalah mencetak poin sebanyak-banyaknya dengan memasukan bola ke keranjang lawan dan mencegah kemasukan bola ke keranjang sendiri.

Under ring *shooting* adalah posisi *shooting* berada tepat dibawah ring/samping ring. Untuk menghasilkan *shooting* yang baik usahkan anda keluar sejauh mungkin dari area under ring.

**F. Metode Pembelajaran**

- 1. Komando
- 2. Demonstrasi
- 3. Latihan
- 4. Permainan

**G. Media, Sarpras dan Sumber Belajar**

- 1. Media
  - a. Guru memberikan contoh
- 2. Sarpras
  - a. Bola basket
  - b. Cone
  - c. Peluit
  - d. Lapangan basket
  - e. Jam tangan/ *stopwatch*
- 3. Sumber
  - a. KEMENDIKBUD. 2014. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan kelas X*. Jakarta: pusat kurikulum dan balitbang, kemendikbud.

**H. Langkah-langkah pembelajaran**

KEGIATAN	DISKRIPSI	WAKTU
Pendahuluan	<div>1. Membariskan siswa menjadi 3 bershaf, lalu di lakukan salam dan berdoa agar diberi kelancaran aktivitas olahraga dan mendapatkan ilmu yang bermanfaat serta dilanjutkan dengan presensi dan menanyakan kondisi siswa.</div> <div>2. Memberikan motivasi pada siswa</div> <div>3. Apersepsi</div> <div>Apersepsi adalah mengaitkan sesuatu yang telah didapat siswa dengan materi yang akan di pelajari, apersepsi bisa dilakukan dengan guru menanyakan kepada siswa.</div>	15 Menit

	<p>a. Apa yang anak-anak ketahui tentang teknik permainan bola basket?</p> <p>b. Pernahkah anak-anak melakukan permainan bola basket?</p> <p>c. Sebutkan macam <i>shooting</i> yang ada di permainan basket?</p> <p>4. Siswa melakukan pemanasan. Pemanasan dilakukan bentuk statis dan bentuk permainan.</p> <p>Nama permainan: bola api</p> <p>Cara bermain untuk permaina ini :</p> <p>a. Tunjuk 2 siswa menjadi pelempar bola basket</p> <p>b. Siswa yang lain menjadi yang di lempar</p> <p>c. Untuk melempar bola basket harus di bawah lutut</p> <p>d. Siswa yang di lempar bola basket harus berada di lingkaran yang di tentukan</p> <p>e. Apabila siswa yang di lempar mengenai bola basket makan akan bergantian menjadi pelempar.</p>	
INTI	<p>1. <b>Eksplorasi</b></p> <p>a. memberikan contoh gerakan <i>dribble dan undr ring shooting</i></p> <p>b. siswa melakukan teknik <i>dribble dan undr ring shooting</i> dengan bergantian</p> <p>2. <b>Elaborasi</b></p> <p>a. Melakukan teknik <i>dribble</i> bola basket dalam bentuk latihan</p> <p>b. Melakukan <i>under ring shooting</i></p> <p>3. <b>Konfirmasi</b></p> <p>a. Siswa melakukan kembali gerkan <i>dribbling</i> kemudian di kombinasikan dengan <i>under ring shooting</i></p> <p>b. Guru bersama peserta didik bertanya jawab untuk membenarkan kesalahan pahaman dan memberi penguatan.</p>	65 Menit
Penutup	<p>1. Melakukan pendinginan berupa permainan</p> <p>Cara bermain:</p> <p>a. Siswa dibagi menjadi 3 kelompok lalu</p>	10 Menit

	berbaris berbanjar. b. Siswa yang paling depan membawa bola basket dan memberikan bola kepada temannya lewat samping kanan, dilanjutkan samping kiri dan atas kepala. 2. Evaluasi Mengevaluasi materi pembelajaran dengan memberi pertanyaan kepada peserta didik yang berkaitan dengan pembelajara. 3. Menutup pembelajaran dengan berdoa dan memberi salam	
--	--	--

I. Penilaian

Teknik Penilaian

- a. Tes unjuk kerja (keterampilan)  
Melakukan *dribbling* dan *under ring shooting* secara keseluruhan dengan benar.  
Penilaian terhadap kualitas untuk kerja peserta ujian, dengan rentang nilai antara 1 sampai 3.

**Nilai =****jumlah skor yang diperoleh** **x 40%**  
**Jumlah skor maksimal**

- b. Pengamatan sikap  
Selama proses pembelajaran guru mengamati sikap yang muncul pada saat anak melakukan kegiatan. Sikap yang diharapkan selama proses pembelajaran, yaitu menaati aturan dari guru, disiplin, semangat dalam mengikuti pembelajaran, menghargai teman dan menunjukkan sikap percaya diri.  
Berikan tanda cek ( v ) pada kolom yang sudah disediakan, setiap siswa menunjukkan atau menampilkan perilaku yang diharapkan. Tanda cek diberikan jika memenuhi kriteria penilaian.

**Nilai =****jumlah skor yang diperoleh** **x 30%**  
**Jumlah skor maksimal**

- c. Tes kemampuan kognitif ( pengetahuan )  
Menjawab pertanyaan-pertanyaan mengenai olahraga permainan bola basket  
Keterangan :  
Penilaian terhadap kualitas penilaian peserta ujian, dengan rentang nilai antar 1 sampai 2

**Nilai =****jumlah skor yang diperoleh** **x 30%**  
**Jumlah skor maksimal**

**RUBRIK PENILAIAN**  
**UNJUK KERJA/KETERAMPILAN PERMAINAN BOLA BASKET**

ASPEK YANG DINILAI	SKOR			JUMLAH
	1	2	3	
1. Melakukan teknik <i>dribble</i> bola basket dengan benar 2. Melakukan teknik <i>under ring shooting</i> dengan benar				
JUMLAH				
JUMLAH SKOR MAKSIMAL: 6				

Kriteria Penilaian Keterampilan (unjuk kerja)

Kriteria skor

- a. Melakukan teknik dribble dengan benar
  - 1. Skor 3 jika siswa dapat melakukan teknnik *dribble* dengan baik dengan mencekram bola basket dan pantulan bola basket saat menerima setinggi pinggang
  - 2. Skor 2 jika siswa dapat melakukan *dribble* tetapi cara memegang bola salah
  - 3. Skor 1 jika siswa dapat melakukan *dribble* salah dalam memegang bola dan pantulan di bawah pinggang
- b. Melakukan teknik *under ring shooting* dengan benar
  - 1. Skor 3 jika siswa dapat melakukan teknik *under ring* dengan pantulan bola baset tepat di papal pantul dan bola masuk *ring*
  - 2. Skor 2 jika siswa dapat melakukan teknik *under ring* dengan perkenaan bola tepat di papan pantul dan bola masuk *ring* tetapi gerakan tangan masih salah
  - 3. Skor 1 jika siswa melakukan *teknik under ring* dengan perkenaan bola tidak mengenai ppan pantul danm bola tidak masuk

**NILAI KETERAMPILAN/UNJUK KERJA = JUMLAH SKOR X 40%**  
**SKOR MAKSIMAL**

RUBRIK PENILAIAN  
PENGETAHUAN PERMAINAN BOLA BASKET

Butir Peryataan	Kriteria pensekoran		Jumlah
	1	2	
1. Jelaskan apa yang dimaksud bola basket?			
2. Jelaskan <i>dribbling</i> dalam permainan bola basket?			
Jumlah			
Jumlah skor maksimal = 4			

1. Yang di maksud permainan bola basket adalah  
Permainan bola basket adalah merupakan olahraga bola besar yang di mainkan secara berkelompok yang terdiri atas dua tim beranggotkan masing-masing 5 orang yang saling bertanding mencetak poin dengan memasukan bola ke keranjang/ ring lawan.
2. Yang di maksud *dribbling* dalam permainan bola basket adalah  
Membawa bola dengan dipantul-pantulkan dengan satu tangan yang dilakukan dengan berjalan atau berlari.

Kriteria penilaian

1. skor 2 jika siswa mampu jelaskan dengan baik dan tepat  
skor 1 jika siswa sudah menjawab tetapi jawabanya masih kurang
2. jika siswa mampu memberikan 3 teknik *passing* bola basket  
jika siswa mampu memberikan 2 jawaban teknik *passing* bola basket

**NILAI KOGNITIF/PNGETAHUAN = JUMLAH SKOR X 30%**  
**SKOR MAKSIMAL**

RUBRIK PENILAIAN  
PERILAKU/SIKAP DALAM MATERI PERMAINAN BOLA BASKET

N0	PERILAKU YANG DINILAI	Cek ( v )		
		Baik	Sedang	Kurang
1	Kerja sama			
2	Tanggung jawab			
3	Disiplin			
	Jumlah nilai afektif/sikap			

- BAIK** = **80-100**
- SEDANG** = **60-79**
- KURANG** = **40-59**

**Rekapitulasi Penilaian**

N0	Nama peserta didik	Aspek-AspekPenilaian			Keterangan
		pengetahuan	Sikap	ketrampilan	
1					
2					
3					
4					
5					
6					

Jumlah skor yang diperoleh

**Nilai Akhir (NA) = Pengetahuan + sikap + keterampilan**

Aspek PenilaianTiga

**Keterangan :**

1. Mendapat nilai Sangat Baik, jika skor antara = 91 – 100%
2. Mendapat nilai Baik, jika skor antara = 80 – 90%
3. Mendapat nilai Cukup, jika skor antara = 70 – 79%
4. Mendapat nilai Kurang, jika skor antara = 60 – 69%
5. Mendapat nilai Kurang Sekali, jika skor antara = Kurang dari 60%

Gamping, 5 September 2016

Menyetujui

Guru Pembimbing

Mahasiswa

Drs. Gunawan

NIP. 19590210 198703 1 009

Aris Widianoro

NIM. 13601241025

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah	: SMA N 1 GAMPING
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani,Olaharga dan Kesehatan
Kelas/semester	: X1/1 (Ganjil)
Materi Pokok	: Permainan Bola Besar (Voli)
Kurikulum	: KTSP
Alokasi Waktu	: 90 menit
Ketrampilan mengajar	: Menyeluruh

### A. Standart Kompetensi

1. Memperaktikkan berbagai keterampilan permainan olahraga dalam bentuk sederhana dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya.

### B. Kompetensi Dasar

- 1.1 Mempraktikkan keterampilan bermain salah satu permainan dan olahraga beregu bola besar dengan menggunakan alat dan peraturan yang dimodifikasi serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri.

### C. Indikator

Aspek-aspek	Indikator
Kognitif	a. Siswa dapat mengetahui cara melakukan gerakan <i>passing</i> bawah dan <i>passing</i> atas
Afektif	a. Melakukan doa sebelum pembelajaran. b. Menunjukan sikap menghargai perbedaan karakteristik individual dalam mengikuti pembelajaran. c. Menunjukan sikap percaya diri dalam melakukan pembelajaran. d. Menunjukan sikap disiplin dan semangat selama melakukan pembelajaran.
Psikomotorik	a. Melakukan rangkaian gerakan <i>passing</i> bawah dan <i>passing</i> atas

### D. Tujuan

Siswa dapat melakukan rangkaian gerakan *passing* bawah dan dapat melakukan *passing* atas sebanyak 10 kali

E. Materi Pembelajaran

Konsep

1. Pengertian Bola Voli

**Bola Voli** adalah permainan olahraga yang dimainkan oleh dua group berlawanan. Masing-masing group memiliki 6 pemain orang pemain. Teknik dasar permainan bola voli yaitu *passing* bawah, *passing* atas, *servics*, dan *smash*.

F. Metode Pembelajaran

- 1. Komando
- 2. Demotrasi
- 3. Latihan

G. Media, sarpras dan Sumber Belajar

- 1. Media
  - a. Guru memberikan contoh gerakan
- 2. Sarpras
  - a. Peluit
  - b. Lapangan voli
  - c. Bola
  - d. Jam tangan/*stopwatch*
- 3. Sumber
  - a. AmungMamun dan Toto Subroto,(2001). Pendekatan ketrampilan taktis dalam pembelajaran Bola Voli, Jakarta : Dirjen, DIKDASMEN, Dirjen. OLAHRAGA.

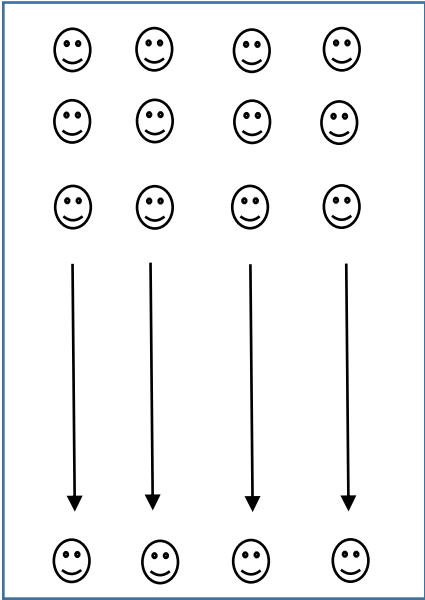
H. Langkah-langkah Pembelajaran

KEGIATAN	DISKRIPSI	WAKTU
Pendahuluan	<div>1. Membariskan siswa menjadi 3 bershaf, lalu di melakukan salam dan berdoa agar diberi kelancaran aktivitas olahraga dan mendapatkan ilmu yang bermanfaat, serta dilanjutkan dengan presensi dan menanyakan kondisi siswa. Memberikan motivasi pada siswa</div> <div>2. Apersepsi</div> <div>Apersepsi adalah mengaitkan sesuatu yang telah didapat siswa dengan materi yang akan di pelajari, apersepsi bisa dilakukan dengan guru menanyakan kepada siswa.</div> <div>a. Apa yang anak-anak ketahui tentang permainan bola voli?</div>	15 Menit



	<p>b. Pernahkah anak-anak melakukan voli?</p> <p>c. Apa yang anak-anak ketahui tentang voli?</p> <p>d. Teknik dasar apa yang ada di dalam permainan bola voli?</p> <p>e. Kemudian guru memperlihatkan alat-alat yang digunakan dalam olahraga voli</p> <p>3. Siswa melakukan pemanasan. Siswa berlari mengelilingi lapangan yang sudah disiapkan sebanyak 3 kali, lalu dilanjutkan peregangan statis dan dinamis serta melakukan pemanasan dalam bentuk permainan. Cara bermain permainan ini :</p> <p>a. Siswa dibagi menjadi 2 kelompok</p> <p>b. Setiap kelompok berbaris berbanjar</p> <p>c. Orang yang berada paling didepan membawa bola, bola tersebut diberikan pada orang dibelakangnya dengan menarik badan ke samping kanan dan samping kiri selanjutnya</p> <p>d. Setelah itu orang yang paling depan memberikan bola orang yang dibelakangnya dengan melalui atas kepala setelah bola nyampai orang belakang, bola diberikan orang depannya dengan di berikan antar kedua kaki, kedua tangan tetap lurus dalam memberikan bola</p> <p>e. Siapa yang paling cepat melakukan gerakan tersebut di nyatakan sebagai pemenang.</p>	
INTI	<p>1. <b>Eksplorasi</b></p> <p>a. memberikan contoh gambar gerakan <i>passing</i> bawah dan <i>passing</i> atas</p> <p>b. Siswa melakukan gerakan <i>passing</i> bawah dan <i>passing</i> atas</p> <p>2. <b>Elaborasi</b></p> <p>a. Siswa melakukan cara gerakan <i>passing</i> bawah dan <i>passing</i> atas</p> <p>b. Siswa melakukan gerakan <i>passing</i> atas dan <i>passing</i> bawah secara bertahap.</p>	65 Menit

	<div>1) Cara melakukan <i>passing</i> atas</div> <div><div>a) ambil sikap siap seperti biasa dilakukan dalam olahraga bola voli, yaitu kedua kaki dibuka selebar bahu, kedua lutut kaki agak ditekuk dan badan merendah. Berat badan bertumpu pada ujung kaki bagian depan.</div><div>b) Saat bola datang, secepat mungkin tempatkan badan di bawah bola, dengan tangan diangkat, dan lengan agak ditekuk, serta telapak tangan terbuka lebar dengan jari-jari renggang.</div><div>c) Saat bola udah di atas badan, kedua tangan ditekuk pada bagian siku. Posisi tangan harus berada diatas dahi.perkenaan bola yang baik tepat mengenai jari-jari tangan. Dalam mendorong bola jari yang paling dominan saat mendorong adalah ibu jari, jari telunjuk dan jari tengah.</div><div>d) Pada gerakan mendorong akan diahkir dengan tumit sedikit terangkat.</div></div> <div>2) Cara melakukan <i>passing</i> bawah</div> <div><div>a) Ambil sikap siap yang umumnya dilakukan dalam permainan bola voli, yaitu kedua kaki dibuka selebar bahu serta kedua lutut sedikit ditekuk dengan badan sedikit dibungkukan ke depan.</div><div>b) Rapatkan serta luruskan kedua lengan di depan badan hingga kedua ibu jari menjadi sejajar.</div></div>	
--	---	--

	<p>c) Ayunkan kedua lengan secara bersamaan ke arah datangnya bola, dalam hal ini siku harus betul-betul dalam keadaan lurus. Letak perkenaan bola harus berada pada bagian prosimal lengan atau diatas dari pergelangan lengan atau diatas dari pergelangan tangan.</p> <p>d) Dan saat bola mengenai kedua lengan, lutut kaki diluruskan.</p> <p>e) Dalam melakukan <i>passing</i> bawah ke arah depan, ayunan lengan tidak lebih dari sudut 90 dengan bahu atau badan.</p> <p>c. Siswa melakukan rangkaian gerakan kombinasi antara <i>passing</i> bawah dengan <i>passing</i> atas.</p> <div data-bbox="761 1223 1183 1822"></div> <p><b>3. Konfirmasi</b></p> <p>a. Siswa melakukan kembali <i>passing</i> atas yang di kombinasikan kembali dengan <i>passing</i> bawah.</p> <p>b. Guru bersama peserta didik bertanya jawab untuk membenarkan kesalahan pahaman daan memberi penguatan.</p>	
<b>Penutup</b>	<p>1. Melakukan pendinginan berupa permainan</p> <p>Cara bermain:</p> <p>a. Siswa membentuk lingkaran lalu salah</p>	<b>10 Menit</b>

	<p>satu siswa memegang bola voli dan memberikan ke pada temanya</p> <p>b. Apabila siswa sudah melempar bola maka pelempar berhak memberikan pertanyaan tentang olahraga</p> <p>c. Penerima bola berhak untuk menjawab apabila salah menjawab akan di beri hukuman memberikan gerakan pemanasan.</p> <p>2. Evaluasi</p> <p>Mengevaluasi materi pembelajaran dengan memberi pertanyaan kepada siswa yang berkaitan dengan pembelajara.</p> <p>3. Menutup pembelajaran dengan berdoa dan memberi salam</p>	
--	---	--

I. Penilaian

Teknik Penilaian

- a. Tes unjuk kerja (keterampilan)
- Melakukan *passing* atas dan *passing* bawah secara keseluruhan dengan benar.
- Penilaian terhadap kualitas untuk kerja peserta ujian, dengan rentang nilai antara 1 sampai 3.

Nilai = jumlah skor yang diperoleh x 40%  
 Jumlah skor maksimal

- b. Pengamatan sikap
- Selama proses pembelajaran guru mengamati sikap yang muncul pada saat anak melakukan kegiatan. Sikap yang diharapkan selama proses pembelajaran, yaitu menaati aturan dari guru, disiplin, semangat dalam mengikuti pembelajaran, menghargai teman dan menunjukkan sikap percaya diri.
- Berikan tanda cek ( v ) pada kolom yang sudah disediakan, setiap siswa menunjukkan atau menampilkan perilaku yang diharapkan. Tanda cek diberikan jika memenuhi kriteria penilaian.

Nilai = jumlah skor yang diperoleh x 30%  
 Jumlah skor maksimal

- c. Tes kemampuan kognitif ( pengetahuan )
- Menjawab pertanyaan-pertanyaan mengenai olahraga voli
- Keterangan :

Penilaian terhadap kualitas penilaian peserta ujian, dengan rentang nilai antar 1 sampai 2

$$\text{Nilai} = \frac{\text{jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 30\%$$

**RUBRIK PENILAIAN**  
**UNJUK KERJA/KETERAMPILAN OLAHRAGA SENAM LANTAI**

ASPEK YANG DINILAI	SKOR			JUMLAH
	1	2	3	
1. Melakukan teknik <i>passing</i> atas 2. Melakukan teknik <i>passing</i> bawah				
JUMLAH				
JUMLAH SKOR MAKSIMAL: 6				

Kriteria Penilaian Keterampilan (unjuk kerja)

Kriteria skor

- a. Melakukan teknik *passing* atas dengan benar
  - 1. Skor 3 jika siswa dapat melakukan teknik *passing* atas dengan benar pada saat melakukan passing atas perkenaan bola tepat kenak di 3 jari dan bola stabil mengarah ke target.
  - 2. Skor 2 jika siswa dapat melakukan teknik *passing* atas dengan perkenaan bola tidak tepat di 3 jari akan tetapi bola tepat mengarah kea rah target
  - 3. Skor 1 jika siswa melakukan *passing* atas akan tetapi bola tidak mengarah kea rah target
- b. Melakukan teknik sikap passing bawah
  - 1. Skor 3 jika siswa dapat melakukan teknik passing bawah dengan perkenaan bola tepat di lengan bawah dan bola stabil mengarah tepat sasaran.
  - 2. Skor 2 jika siswa dapat melakukan passing bawah dengan perkenaan tidak tepat mengenai lengah bawah akan tetapi bola mengarah tepat ke sasaran.
  - 3. Skor 1 jika siswa dapat melakukan passing bawah akan tetapi bola tidak mengarah ke sasaran.

**NILAI KETERAMPILAN/UNJUK KERJA =  $\frac{\text{JUMLAH SKOR}}{\text{SKOR MAKSIMAL}} \times 40\%$**

**RUBRIK PENILAIAN**  
**PENGETAHUAN OLAHRAGA SENAM LANTAI**

Butir Peryataan	Kriteria pensekoran		Jumlah
	1	2	
1. Jelaskan apa yang dimaksud voli ?			
2. Jelaskan cara melakukan gerakan <i>passing</i> atas dan <i>passing</i> bawah ?			
<b>Jumlah</b>			
<b>Jumlah skor maksimal = 4</b>			

1. Yang di maksud senam lantai adalah
- Bola Voli adalah permainan olahraga yang dimainkan oleh dua group berlawanan. Masing-masing group memiliki 6 pemain orang pemain. Teknik dasar permainan bola voli yaitu *passing* bawah, *passing* atas, *servics*, dan *smash*.
2. Cara melakukan gerakan *passing* atas dan *passing* bawah
- a. Cara melakukan *passing* atas
- 1) Ambil siskap siap seperti biasa dilakukan dalam olaraga bola voli, yatu edua kaki dibuka selebar bahu, kedua lutut kaki agak ditekuk dan badan merendah. Berat badan bertumpu pada ujung kaki bagian depan.
- 2) Saat bola datang, secepat mungkin tempatkan badan di bawah bola, dengan tangan diangkat, dan lengan agak di tekuk, serta telapak tangan terbuka lebar dengan jari-jari renggangan.
- 3) Saat bola udah di atas badan, kedua tanga ditekuk pada bagian siku. Posisi tangan harus berada diatas dahi,perkenaan bola yang baik tepat mengenai jari-jari tangan. Dalam mendorong bola jari yang paling dominan saat mendorong adalah ibu jari, jari telunjuk dan jari tengah.
- 4) Pada gerakan mendorong akan diahkiri dengan tumit sedikit terangkat.
- b. Cara melakukan *passing* bawah
- 1) Ambil sikap siap yang umumnya dilakukan dalam permainan bola voli, yaitu kedua kaki dibuka selebar bahu serta kedua lutut sedikit ditekuk dengan badan sedikit dibungkukan ke depan.
- 2) Rapatkan serta luruskan kedua lengan di depan badan hingga kedua ibu jari menjadi sejajar.
- 3) Ayunkan kedua lengan secara bersamaan ke arah datangnya bola, dalam hal ini siku harus betul-betul dalam keadaan lurus. Letak perkenaan bola

harus berada pada bagian prosimal lengan atau diatas dari pergelangan lengan atau diatas dari pergelangan tangan.

- 4) Dan saat bola mengenai kedua lengan, lutut kaki diluruskan.
- 5) Dalam melakukan *passing* bawah ke arah depan, ayunan lengan tidak lebih dari sudut 90 dengan bahu atau badan.
- 6) Siswa melakukan rangkaian gerakan kombinasi antara *passing* bawah dengan
- 7) Dalam melakukan *passing* bawah ke arah depan, ayunan lengan tidak lebih dari sudut 90 dengan bahu atau badan.

**Kriteria penilaian**

- 1. skor 2 jika siswa mampu jelaskan dengan baik dan tepat  
skor 1 jika siswa sudah menjawab tetapi jawabanya masih kurang
- 2. skor 2 jika siswa mampu menjelaskan dengan baik dan tepat  
skor 1 jika siswa sudah menjawab tetapi jawabanya masih kurang

**NILAI KOGNITIF/PNGETAHUAN = JUMLAH SKOR X 30%**  
**SKOR MAKSIMAL**

**RUBRIK PENILAIAN**

**PERILAKU/SIKAP DALAM MATERI OLAHRAGA VOLI**

N0	PERILAKU YANG DINILAI	Cek ( v )		
		Baik	Sedang	Kurang
1	Kerja sama			
2	Tanggung jawab			
3	Disiplin			
	Jumlah nilai afektif/sikap			

- BAIK = 80-100**
- SEDANG = 60-79**
- KURANG = 40-59**

Rekapitulasi Penilaian

N0	Nama siswa	Aspek-AspekPenilaian			Keterangan
		pengetahuan	Sikap	ketrampilan	
1					
2					
3					
4					
5					
6					

Jumlah skor yang diperoleh

Nilai Akhir (NA) = Pengetahuan + sikap + keterampilan

Aspek PenilaianTiga

Keterangan :

1. Mendapat nilai Sangat Baik, jika skor antara = 91 – 100%
2. Mendapat nilai Baik, jika skor antara = 80 – 90%
3. Mendapat nilai Cukup, jika skor antara = 70 – 79%
4. Mendapat nilai Kurang, jika skor antara = 60 – 69%
5. Mendapat nilai Kurang Sekali, jika skor antara = Kurang dari 60%

Gamping, 1 Agustus 2016

Menyetujui

Guru Pembimbing

Mahasiswa

Drs. Gunawan

NIP. 19590210 198703 1 009

Aris Widianoro

NIM. 13601241025



## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah : SMA N 1 GAMPING

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani,Olaharga dan Kesehatan

Kelas/semester : X/1 (Ganjil)

Materi Pokok : Aktivitas Uji Diri (Senam Lantai)

Kurikulum : KTSP

Alokasi Waktu : 90 menit

Ketrampilan mengajar : Menyeluruh

### A. Standart Kompetensi

3. Mempratikkan ketrampilan rangkian senam lantai dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya.

### B. Kompetensi Dasar

- 3.1 Mempratikkan senam lantai dengan menggunakan bantuan serta percaya diri, kerjasama, tanggung jawab dan menghargai teman.

### C. Indikator

Aspek-aspek	Indikator
Kognitif	a. Siswa dapat mengetahui cara melakukan gerakan <i>roll</i> belakang dan sikap lilin.
Afektif	a. Melakukan doa sebelum pembelajaran. b. Menunjukkan sikap menghargai perbedaan karakteristik individual dalam mengikuti pembelajaran. c. Menunjukkan sikap percaya diri dalam melakukan pembelajaran. d. Menunjukkan sikap disiplin dan semangat selama melakukan pembelajaran.
Psikomotorik	a. Melakukan rangkaian gerakan senam lantai <i>roll</i> belakang dan sikap lilin.

### D. Tujuan

Siswa dapat melakukan rangkaian gerakan *roll* belakang dengan posisi perkenaan saat mengguling menggunakan tengkuk dan sikap lilin dengan posisi kaki rapat lurus ke atas sebanyak 2 kali.

## **E. Materi Pembelajaran**

### **Konsep**

#### **1. Pengertian senam lantai**

Senam lantai merupakan salah satu cabang olahraga senam yang dilakukan diatas lantai atau lapangan dengan menggunakan matras. Unsur-unsur gerakan senam lantai terdiri dari gerakan mengguling, meloncat, melompat, berputar di udara, menumpu dengan tangan, menumpu dengan kaki untuk mempertahankan sikap seimbang atau pada saat meloncat belakang maupun meloncat ke depan. Senam lantai disebut juga dengan latihan bebas karena pada saat melakukan senam lantai tidak menggunakan alat apapun. Gerakan senam lantai di mulai dari yang ringan, gerakan sedang, gerakan berat dan gerakan akrobatik yang mengandung gerakan ketangkasan, keluwesan, dan keseimbangan.

Senam lantai *roll* belakang adalah gaya gerakan senam dimana posisi badan berguling ke arah belakang badan melalui bagian belakang badan mulai dari panggul bagian belakang, pinggang, punggung dan tengkuk.

Sikap lilin merupakan sikap tidur terlentang kemudian kedua kaki diangkat keras di atas (rapat) bersama-sama, pinggang ditopang kedua tangan dan pundak tetap menempel pada lantai atau matras.

## **F. Metode Pembelajaran**

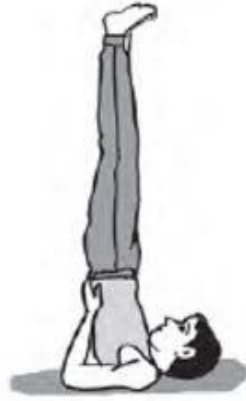
1. Komando
2. Demotrasi
3. Latihan

## **G. Media, sarpras dan Sumber Belajar**

1. Media
  - a. Guru memberikan contoh gambar
2. Sarpras
  - a. Peluit
  - b. Matras
  - c. Bola
  - d. *Cone*
  - e. Jam tangan/*stopwatch*
3. Sumber
  - a. KEMENDIKBUD. 2014. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan kelas X*. Jakarta: pusat kurikulum dan balitbang, kemendikbud.

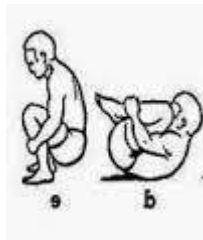
H. Langkah-langkah Pembelajaran

KEGIATAN	DISKRIPSI	WAKTU
Pendahuluan	<div>1. Membariskan siswa menjadi 3 bershaf, lalu di melakukan salam dan berdoa agar diberi kelancaran aktivitas olahraga dan mendapatkan ilmu yang bermanfaat dan dilanjutkan dengan presensi dan menanyakan kondisi siswa.</div> <div>2. Memberikan motivasi pada siswa</div> <div>3. Apersepsi</div> <div>Apersepsi adalah mengaitkan sesuatu yang telah didapat siswa dengan materi yang akan di pelajari, apersepsi bisa dilakukan dengan guru menanyakan kepada siswa.</div> <div><div>a. Senam apa saja yang anak-anak ketahui ?</div><div>b. Pernahkah anak-anak melakukan senam lantai?</div><div>c. Apa yang anak-anak ketahui tentang senam lantai?</div><div>d. Gerakan apa saja yang ada dalam senam lantai?</div></div> <div>4. Siswa melakukan pemanasan. Siswa melakukan peregangan ststis dan dinamis.</div>	15 Menit
INTI	<div>1. <b>Eksplorasi</b></div> <div><div>a. Guru menampilkan gambar gerakan sikap lilin.</div><div>1) Siswa melakukan latihan gerak sikap lilindengan melakukan gerakan ayunan kaki ke atas pada posisi terlentang.</div><div>2) Kaki lurus rapat lalu di ayunkan keras keatas.</div><div>3) Setelah itu siswa berusaha menahan pinggang dengan tangan sampai kaki dan badan lurus dan pundak menempel pada matras.</div></div>	65 Menit

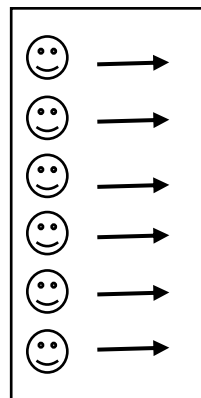


b. Guru menampilkan gambar gerakan *roll* belakang.

- 1) Siswa melakukan latihan gerakan *roll* belakang dengan melakukan gerakan ayunan mengguling ke belakang.



- 2) Siswa masih melakukan gerakan mengguling, namun ditahap selanjutnya ini ujung kaki siswa disentuh di matras dibelakang kepala.



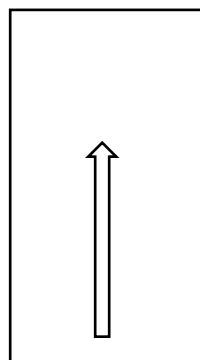
## 2. Elaborasi

- a. Siswa melakukan cara gerakan *roll* belakang dan sikap lilin.
- b. Siswa melakukan gerakan *roll* belakang secara bertahap.
- c. Siswa melakukan *roll* belakang dengan posisi jongkok.



- 1) Posisi jongkok, kedua kaki rapat dan tumit diangkat.
- 2) Kepala nunduk dan dagu rapat ke dada.
- 3) Kedua tangan berada di samping telinga dan telapak tangan menghadap ke atas.
- 4) Jatuhkan pantat ke belakang dan badan tetap bulat.
- 5) Pada saat punggung menyentuh matras, kedua lutut cepat ditarik ke belakang kepala.
- 6) Pada saat kedua ujung kaki menyentuh matras di belakang kepala, kedua telapak tangan menekan matras hingga tangan lurus dan kepala terangkat
- 7) Ambil sikap jongkok dengan lurus ke depan sejajar bahu lalu berdiri

d. Melakukan dengan formasi



e. Siswa melakukan rangkaian gerakan kombinasi antara *roll* belakang dan sikap lilin.

	<p><b>3. Konfirmasi</b></p> <p>Dalam kegiatan konfirmasi guru</p> <ul style="list-style-type: none"><li>a. Siswa melakukan kembali gerakan <i>roll</i> belakang yang di kombinasikan dengan sikap lilin</li><li>b. Guru bersama peserta didik bertanya jawab untuk membenarkan kesalahan pahaman dan memberi penguatan.</li></ul>	
<b>Penutup</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>1. Melakukan pendinginan berupa permainan Cara bermain:<ul style="list-style-type: none"><li>a. Siswa dibagi menjadi 2 kelompok.</li><li>b. Siswa baris berbanjar lalu siswa yang berada didepan membawa bola pingpong.</li><li>c. Setelah itu bola <i>pingpong</i> disalurkan ke teman yang berada di belakangnya melalui samping kan dengan menggunakan kedua tangan dan dilanjutkan lagi kesamping kiri, lalu keatas melewati kepala dan kebawah melalui celah diantara kedua kaki.</li></ul></li><li>2. Evaluasi Mengevaluasi materi pembelajaran dengan memberi pertanyaan kepada peserta didik yang berkaitan dengan pembelajara.</li><li>3. Menutup pembelajaran dengan berdoa dan memberi salam</li></ul>	<b>10 Menit</b>

I. Penilaian

Teknik Penilaian

- a. Tes unjuk kerja (keterampilan)  
Melakukan *roll* belakang dan sikap lilin secara keseluruhan dengan benar.  
Penilaian terhadap kualitas untuk kerja peserta ujian, dengan rentang nilai antara 1 sampai 3.  
Nilai = jumlah skor yang diperoleh x 40%  
**Jumlah skor maksimal**
- b. Pengamatan sikap  
Selama proses pembelajaran guru mengamati sikap yang muncul pada saat anak melakukan kegiatan. Sikap yang diharapkan selama proses pembelajaran, yaitu menaati aturan dari guru, disiplin, semangat dalam

mengikuti pembelajaran, menghargai teman dan menunjukkan sikap percaya diri.

Berikan tanda cek ( v ) pada kolom yang sudah disediakan, setiap siswa menunjukkan atau menampilkan perilaku yang diharapkan. Tanda cek diberikan jika memenuhi kriteria penilaian.

Nilai =  $\frac{\text{jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 30\%$

Jumlah skor maksimal

c. Tes kemampuan kognitif ( pengetahuan )

Menjawab pertanyaan-pertanyaan mengenai olahraga senam lantai

Keterangan :

Penilaian terhadap kualitas penilaian peserta ujian, dengan rentang nilai antar 1 sampai 2

Nilai =  $\frac{\text{jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 30\%$

Jumlah skor maksimal

RUBRIK PENILAIAN

UNJUK KERJA/KETERAMPILAN OLAHRAGA SENAM LANTAI

ASPEK YANG DINILAI	SKOR			JUMLAH
	1	2	3	
1. Melakukan teknik <i>roll</i> belakang 2. Melakukan teknik sikap lilin				
JUMLAH				
JUMLAH SKOR MAKSIMAL: 6				

Kriteria Penilaian Keterampilan (unjuk kerja)

Kriteria skor

a. Melakukan teknik *roll* belakang dengan benar

- 1. Skor 3 jika siswa dapat melakukan teknik *roll* belakang dengan benar pada saat melakukan kedua tangan di lipat disamping telinga lalu saat punngung menyentuh matras telapak tangan tangan menekan matras sehingga tangan lurus dan kepala terangkat.
- 2. Skor 2 jika siswa dapat melakukan teknik *roll* belakang tetapi saat mendarat posisi tubuh jatuh ke samping.
- 3. Skor 1 jika siswa melakukan *roll* belakang tetapi awalnya saat mengguling tidak dapat mengangkat kaki.

- b. Melakukan teknik sikap lilin dengan benar
1. Skor 3 jika siswa dapat melakukan teknik sikap lilin dengan benar pada saat melakukan kedua kaki diangkat keras di atas (rapat) bersama-sama, pinggang ditopang kedua tangan dan pundak tetap menempel pada lantai atau matras.
  2. Skor 2 jika siswa dapat melakukan teknik sikap lilin tetapi saat kaki diangkat tidak lurus.
  3. Skor 1 jika siswa melakukan sikap lilin tetapi kedua kaki saat mengangkat tidak rapat dan tidak lurus ke atas.

**NILAI KETERAMPILAN/UNJUK KERJA =  $\frac{\text{JUMLAH SKOR}}{\text{SKOR MAKSIMAL}} \times 40\%$**

**RUBRIK PENILAIAN**  
**PENGETAHUAN OLAHRAGA SENAM LANTAI**

Butir Peryataan	Kriteria pensekoran		Jumlah
	1	2	
1. Jelaskan apa yang dimaksud senam lantai ?			
2. Jelaskan yang dimaksud senam <i>roll</i> belakang ?			
<b>Jumlah</b>			
<b>Jumlah skor maksimal = 4</b>			

1. Yang di maksud senam lantai adalah  
Senam lantai adalah salah satu cabang olahraga senam yang dilakukan diatas lantai atau lapangan dengan menggunakan matras. Unsur-unsur gerakan senam lantai terdiri dari gerakan mengguling, meloncat, melompat, berputar di udara, menumpu dengan tangan, menumpu dengan kakiuntuk mepertahankan sikap seimbang atau pada saat meloncat belakang maupun meloncat ke depan.
2. Yang di maksud *roll* belakang adalah  
Gaya gerakan senam dimana posisi badan berguling kearah belakang badan melalui bagian belakang badan mulai dari panggul bagian belakang, pinggang, panggung dan tengkuk.

**Kriteria penilaian**

1. skor 2 jika siswa mampu jelaskan dengan baik dan tepat  
skor 1 jika siswa sudah menjawab tetapi jawabanya masih kurang
2. skor 2 jika siswa mampu menjelaskan dengan baik dan tepat  
skor 1 jika siswa sudah menjawab tetapi jawabanya masih kurang



**NILAI KOGNITIF/PNGETAHUAN =  $\frac{\text{JUMLAH SKOR}}{\text{SKOR MAKSIMAL}} \times 30\%$**

**RUBRIK PENILAIAN**

**PERILAKU/SIKAP DALAM MATERI OLAHRAGA SENAM LANTAI**

N0	PERILAKU YANG DINILAI	Cek ( v )		
		Baik	Sedang	Kurang
1	Kerja sama			
2	Tanggung jawab			
3	Disiplin			
	<b>Jumlah nilai afektif/sikap</b>			

- BAIK = 80-100**
- SEDANG = 60-79**
- KURANG = 40-59**

**Rekapitulasi Penilaian**

N0	Nama peserta didik	Aspek-AspekPenilaian			Keterangan
		pengetahuan	Sikap	ketrampilan	
1					
2					
3					
4					
5					
6					

Jumlah skor yang diperoleh

**Nilai Akhir (NA) = Pengetahuan + sikap + keterampilan**

Aspek PenilaianTiga

**Keterangan :**

- Mendapat nilai Sangat Baik, jika skor antara = 91 – 100%
- Mendapat nilai Baik, jika skor antara = 80 – 90%
- Mendapat nilai Cukup, jika skor antara = 70 – 79%

4. Mendapat nilai Kurang, jika skor antara = 60 – 69%
5. Mendapat nilai Kurang Sekali, jika skor antara = Kurang dari 60%

Gamping, 15 Agustus 2016

Menyetujui

Guru Pembimbing

Mahasiswa

Drs. Gunawan

NIP. 19590210 198703 1 009

Aris Widianoro

NIM. 13601241025

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah : SMA N 1 GAMPING

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani,Olaharga dan Kesehatan

Kelas/semester : X/1 (Ganjil)

Materi Pokok : Atletik ( *short start* / start jongkok)

Kurikulum : KTSP

Alokasi Waktu : 90 menit

Ketrampilan mengajar : Menyeluruh

A. Standar Kompetensi

8. Mempraktikan berbagai ketrampilan permainan olahraga dalam bentuk sederhana dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya.

B. Kompetensi Dasar

8.3 Mempraktikkan keterampilan atletik dengan menggunakan peraturan yang di modifikasi serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat dan percaya diri.

C. Indikator

Aspek-aspek	Indikator
Kognitif	a. Siswa dapat mengetahui cara melakukan <i>short start</i>
Afektif	a. Melakukan doa sebelum pembelajaran b. Menunjukan sikap menghargai perbedaan karakteristik individual dalam mengikuti pembelajaran c. Menunjukan sikap percaya diri dalam melakukan pembelajaran d. Menunjukan sikap disiplin dan semangat selama melakukan pembelajaran
Psikomotorik	a. Melakukan rangkian gerakan <i>short start</i> / start jongkok dengan lari 100 meter

D. Tujuan

Siswa dapat melakukan rangkian gerakan *short start* dengan lari jarak pendek sepanjang 100 meter.

E. Materi Pembelajaran

Konsep

- 1. Pengertian *short start*

Start jongkok

Start jongkok adalah suatu persiapan awal seseorang pelari akan melakukan gerakan berlari. Untuk nomer lari jarak pendek start yang digunakan adalah start jongkok (*short start*)

F. Metode Pembelajaran

- 1. Komando
- 2. Demonstrasi
- 3. Latihan
- 4. Permainan













G. Media, Sarpras dan Sumber Belajar

- 1. Media
  - a. Guru memberikan contoh
- 2. Sarpras
  - a. Lapangan atletik
  - b. Cone
  - c. Peluit
  - d. Jam tangan/ *stopwatch*
- 3. Sumber
  - a. KEMENDIKBUD. 2014. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan kelas X*. Jakarta: pusat kurikulum dan balitbang, kemendikbud.

H. Langkah-langkah pembelajaran

KEGIATAN	DISKRIPSI	WAKTU
Pendahuluan	<div>1. Membariskan siswa menjadi 3 bershaf,lalu di lakukan salam dan berdoa agar diberi kelancaran aktivitas olahraga dan mendapatkan ilmu yang bermanfaat dan dilanjutkan dengan presensi dan menanyakan kondisi siswa.</div> <div>2. Memberikan motivasi pada siswa</div> <div>3. Apersepsi</div> <div>Apersepsi adalah mengaitkan sesuatu yang telah didapat siswa dengan materi yang akan</div>	20 Menit

	<p>di pelajari, apersepsi bisa dilakukan dengan guru menanyakan kepada siswa.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>a. Apa yang anak-anak ketahui tentang olahraga yang ada di cabang atletik?</li><li>b. Pernakah anak-anak melakukan start jongkok?</li><li>c. Apa yang anak-anak ketahui tentang start jongkok?</li><li>d. Kemudian guru memperlihatkan alat-alat yang digunakan dalam touch start / start jongkok</li></ul> <p>4. Siswa melakukan pemanasan. Pemanasan dilakukan bentuk statis,dinamis dan bentuk permainan. Nama permainan: tiga jadi Cara bermain untuk permaina ini :</p> <ul style="list-style-type: none"><li>a. Siwwa di bagi menjadi 2 team</li><li>b. Setiap kelompok berbanjar ke belakang</li><li>c. Sebelum siswa sampai ke kotak 3 jadi siswa harus berlari dengan melewati rintangan yaitu lingkaran yang harus di lompat.</li><li>d. Apabila salah 1 kelompok dapat menyusun menjadi 3 jadi maka dinyatakan menjadi pemenang.</li><li>e. Kelompok yang kalah mendapat hukuman loncat pager 5 kali.</li></ul>	
INTI	<p>1. <b>Eksplorasi</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>a. memberikan contoh gerakan <i>short start</i> /star jongkok dengan dikombinasikan lari 100 meter</li><li>b. siswa melakukan teknik <i>short start</i>/start jongkok dengan lari 100 meter</li></ul> <p>2. <b>Elaborasi</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>a. Melakukan teknik <i>short start</i>/ <i>start</i> jongkok Cara melakukan</li></ul>	65 Menit

	<div>1) Tangan di letakkan sejajar garis atau selebar bahu</div> <div>2) Ibu jari kaki depan sejajar dengan lutut kaki dibelakang</div> <div>3) Untuk ibu kaki depan sejajar dengan lutut kaki belakang dapat sejajar dengan tangan dan dapat pula agak mundur kira-kira 30 cm.</div> <div>b. Melakukan <i>sprint</i> 100 meter</div> <div>Cara melakukan</div> <div>1) Langkah gerakan kaki selebar dan secepat mungkin</div> <div>2) Pendaratan kaki pada ujung kaki</div> <div>3) Ayunan lengan rileks dan berirama dengan telapak tangan membuka</div> <div>4) Sikap badan condong ke depan</div> <div>c. Melakukan dengan formasi</div> <div><div><div></div><div></div><div></div><div></div></div><div><div></div><div></div><div></div><div></div></div><div><div></div><div></div><div></div><div></div></div></div> <div>3. Konfirmasi</div> <div>Dalam kegiatan konfirmasi guru</div> <div>a. Siswa melakukan kembali gerakan <i>short start</i> dengan lari 100 meter</div> <div>b. Guru bersama peserta didik bertanya jawab untuk membenarkan kesalahan pahaman dan memberi penguatan.</div>	
Penutup	<div>1. Melakukan pendinginan berupa permainan</div> <div>Cara bermain:</div> <div>a. Siswa membentuk lingkaran.</div> <div>b. Siswa bernyanyi lagu daerah, permainan ini meneruskan kata dalam lirik lagu daerah sambil berjalan santai membentuk lingkaran.</div>	15 Menit

	<p>c. Jika siswa yang salah lirik maka siswa memberikan contoh gerakan pendinginan.</p> <p>2. Evaluasi</p> <p>Mengevaluasi materi pembelajaran dengan memberi pertanyaan kepada peserta didik yang berkaitan dengan pembelajara.</p> <p>3. Menutup pembelajaran dengan berdoa dan memberi salam</p>	
--	---	--

I. Penilaian

Teknik Penilaian

- a. Tes unjuk kerja (keterampilan)
- Melakukan *short start dengan* lari 100 meter secara keseluruhan dengan benar.
- Penilaian terhadap kualitas untuk kerja peserta ujian, dengan rentang nilai antara 1 sampai 3.

Nilai = jumlah skor yang diperoleh x 40%

Jumlah skor maksimal

- b. Pengamatan sikap
- Selama proses pembelajaran guru mengamati sikap yang muncul pada saat anak melakukan kegiatan. Sikap yang diharapkan selama proses pembelajaran, yaitu menaati aturan dari guru, disiplin, semangat dalam mengikuti pembelajaran, menghargai teman dan menunjukkan sikap percaya diri.
- Berikan tanda cek ( v ) pada kolom yang sudah disediakan, setiap siswa menunjukkan atau menampilkan perilaku yang diharapkan. Tanda cek diberikan jika memenuhi kriteria penilaian.

Nilai = jumlah skor yang diperoleh x 30%

Jumlah skor maksimal

- c. Tes kemampuan kognitif ( pengetahuan )
- Menjawab pertanyaan-pertanyaan mengenai olahraga atletik ( *short star/ start jongkok*
- Keterangan :
- Penilaian terhadap kualitas penilaian peserta ujian, dengan rentang nilai antar 1 sampai 2

Nilai =  $\frac{\text{jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 30\%$

**RUBRIK PENILAIAN**  
**UNJUK KERJA/KETERAMPILAN *ATLETIK***

ASPEK YANG DINILAI	SKOR			JUMLAH
	1	2	3	
1. Melakukan teknik <i>short start</i> dengan teknik yang benar 2. Melakukan teknik <i>sprint</i> 100 dengan teknik yang benar				
JUMLAH				
JUMLAH SKOR MAKSIMAL: 9				

Kriteria Penilaian Keterampilan (unjuk kerja)

Kriteria skor

- a. Melakukan teknik *short start* dengan benar
  1. Skor 3 jika siswa dapat melakukan teknik *short start* dengan tangan di letakan sejajar garis atau selebar bahu dengan ibu jari membentuk huruf V dan ujung kaki bagian belakang sejajar dengan lutut.
  2. Skor 2 jika siswa dapat melakukan *short star* dengan posisi tangan lengan tidak lurus dan ibu jari tidak mebentuk huruf.
  3. Skor 1 jika siswa dapat melakukan *short start* dengan posisi tangan melebihi garis start dan ibuk jari tidak membentuk huruf V
- b. Melakukan teknik *sprint* 100 meter dengan benar
  1. Skor 3 jika siswa dapat melakukan teknik *sptint* 100 meter dengan langkan kaki cepat dengan menumpu menggunakan ujung kaki dan badan di codongkan ke depan
  2. Skor 2 jika siswa dapat melakukan teknik *short start* dengan posisi langjah kaki cepat tetapi tumpungan tidak menggunakan ujung kaki
  3. Skor 1 jika siswa melakukan teknik *short start* dengan posisi langkah pelan dan tidak menggunak ujung kaki saat lari



**NILAI KETERAMPILAN/UNJUK KERJA =  $\frac{\text{JUMLAH SKOR}}{\text{SKOR MAKSIMA}} \times 40\%$**

**RUBRIK PENILAIAN**  
**PENGETAHUAN TENTANG *ATLETIK***

Butir Peryataan	Kriteria pensekoran		Jumlah
	1	2	
1. Jelaskan apa yang dimaksud atletik?			
2. Jelaskan yang di maksud <i>short start</i> ?			
Jumlah			
Jumlah skor maksimal = 4			

1. Yang di maksud permainan sepak *atletik* adalah  
Atletik adalah gabungan dari olahraga yang secara garis besar dapat dikelompokkan menjadi lari, lempar dan lompat.
2. Yang dimaksud *short start* adalah  
suatu persiapan awal seseorang pelari akan melakukan gerakan berlari. Untuk nomer lari jarak pendek start yang digunakan adalah start jongkok

**Kriteria penilaian**

1. skor 2 jika siswa mampu jelaskan dengan baik dan tepat  
skor 1 jika siswa sudah menjawab tetapi jawabanya masih kurang
2. jika siswa mampu memberikan 3 jawaban teknik dasar sepak bola  
jika siswa mampu memberikan 2 jawaban teknik dasar sepak bola

**NILAI KOGNITIF/PNGETAHUAN =  $\frac{\text{JUMLAH SKOR}}{\text{SKOR MAKSIMAL}} \times 30\%$**

**RUBRIK PENILAIAN**  
**PERILAKU/SIKAP DALAM MATERI *ATLETIK***

N0	PERILAKU YANG DINILAI	Cek ( v )		
		Baik	Sedang	Kurang
1	Kerja sama			
2	Tanggung jawab			

3	Disiplin			
	<b>Jumlah nilai afektif/sikap</b>			

**BAIK = 80-100**  
**SEDANG = 60-79**  
**KURANG = 40-59**

**Rekapitulasi Penilaian**

N0	Nama peserta didik	Aspek-AspekPenilaian			Keterangan
		Pengetahuan	Sikap	Ketrampilan	
1					
2					
3					
4					
5					
6					

Jumlah skor yang diperoleh

**Nilai Akhir (NA) = Pengetahuan + sikap + keterampilan**

Aspek PenilaianTiga

**Keterangan :**

- Mendapat nilai Sangat Baik, jika skor antara = 91 – 100%
  - Mendapat nilai Baik, jika skor antara = 80 – 90%
  - Mendapat nilai Cukup, jika skor antara = 70 – 79%
  - Mendapat nilai Kurang, jika skor antara = 60 – 69%
  - Mendapat nilai Kurang Sekali, jika skor antara = Kurang dari 60%
- Gamping, 22 Agustus 2016

Menyetujui:

Guru Pembimbing

Mahasiswa

Drs. Gunawan  
NIP. 19590210 198703 1 009

Aris Widianoro  
NIM. 13601241025

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah : SMA N 1 GAMPING

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani,Olaharaga dan Kesehatan

Kelas/semester : XI/1 (Ganjil)

Materi Pokok : Permainan Bola Besar (Voli)

Kurikulum : KTSP

Alokasi Waktu : 90 menit

Ketrampilan mengajar : Menyeluruh

A. Standart Kompetensi

1. Memperaktikkan berbagai keterampilan permainan olahraga dalam bentuk sederhana dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya.

B. Kompetensi Dasar

- 1.2 Mempraktikkan keterampilan bermain salah satu permainan dan olahraga beregu bola besar dengan menggunakan alat dan peraturan yang dimodifikasi serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri.

C. Indikator

Aspek-aspek	Indikator
Kognitif	a. Siswa dapat mengetahui posisi dalam permainan bola voli dalam bentuk permainan.
Afektif	a. Melakukan doa sebelum pembelajaran. b. Menunjukan sikap menghargai perbedaan karakteristik individual dalam mengikuti pembelajaran. c. Menunjukan sikap percaya diri dalam melakukan pembelajaran. d. Menunjukan sikap disiplin dan semangat selama melakukan pembelajaran.
Psikomotorik	a. Melakukan rangkaian gerakan bola voli dan psosisi dalam permainan bola voli

D. Tujuan

Siswa dapat mengetahui 1 formasi melindungi peyerang dalam permainan bola voli.

E. Materi Pembelajaran

Konsep

1. Pengertian Bola Voli

Bola Voli adalah permainan olahraga yang dimainkan oleh dua group berlawanan. Masing-masing group memiliki 6 pemain orang pemain. Teknik dasar permainan bola voli yaitu *passing* bawah, *passing* atas, *servics*, dan *smash*.  
Melindungi penyerang (mengcover) adalah persiapan reu penyerang utuk menerima kembali bola mental akibat smash yang dilancarkan apat diblock dengan baik oleh lawan.

F. Metode Pembelajaran

- 1. Komando
- 2. Demotrasi
- 3. Latihan

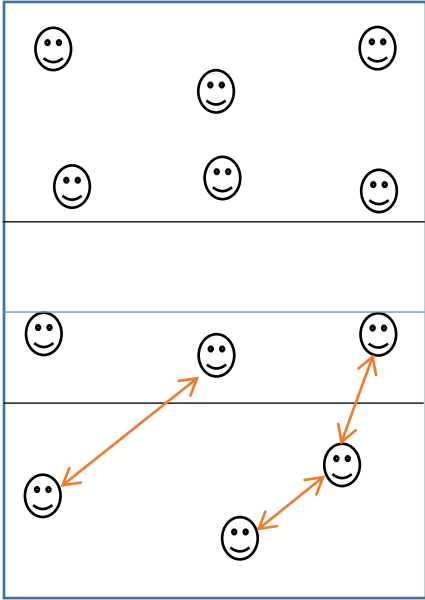
G. Media, sarpras dan Sumber Belajar

- 1. Media
  - a. Guru memberikan contoh gerakan
- 2. Sarpras
  - a. Peluit
  - b. Lapangan voli
  - c. Bola
  - d. Jam tangan/*stopwatch*
- 3. Sumber
  - a. AmungMamun dan Toto Subroto,(2001). Pendekatan ketrampilan taktis dalam pembelajaran Bola Voli, Jakarta : Dirjen, DIKDASMEN, Dirjen. OLAHRAGA.

H. Langkah-langkah Pembelajaran

KEGIATAN	DISKRIPSI	WAKTU
Pendahuluan	<div>1. Membariskan siswa menjadi 3 bershaf, lalu di melakukan salam dan berdoa agar diberi kelancaran aktivitas olahraga dan mendapatkan ilmu yang bermanfaat, serta dilanjutkan dengan presensi dan menanyakan kondisi siswa.</div> <div>2. Memberikan motivasi pada siswa.</div> <div>3. Apersepsi Apersepsi adalah mengaitkan sesuatu yang telah didapat siswa dengan materi yang akan di pelajari, apersepsi bisa dilakukan</div>	15 Menit

	<p>dengan guru menanyakan kepada siswa.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>a. Apa yang anak-anak ketahui tentang permainan bola voli?</li><li>b. Pernahkah anak-anak melakukan voli?</li><li>c. Apa yang anak-anak ketahui tentang voli?</li><li>d. Teknik dasar apa yang ada di dalam permainan bola voli?</li><li>e. Kemudian guru memperlihatkan alat-alat yang digunakan dalam olahraga voli</li></ul> <p>4. Siswa melakukan pemanasan. Siswa berlari mengelilingi lapangan yang sudah disiapkan sebanyak 3 kali, lalu dilanjutkan peregangan ststis dan dinamis serta melakukan pemanasan dalam bentuk permainan. Cara bermain permainan ini :</p> <ul style="list-style-type: none"><li>a. Siswa di bagi menjadi 2 kelompok</li><li>b. Setiap kelompok berbaris berbanjar</li><li>c. Orang yang berada paling didepan membawa bola, bola tersebut diberikan pada orang dibelakangnya dengan menarik badan ke samping kanan dan samping kiri selanjutnya</li><li>d. Setelah itu orang yang paling depan memberikan bola orang yang dibelakangnya dengan melalui atas kepala setelah bola nyampai orang belakang, bola diberikan orang depannya dengan di berikan antar kedua kaki, kedua tangan tetp lurus dalam meberikan bola</li><li>e. Siapa yang paling cepat melakukan gerakan tersebut di nyatakan sebagai pemenang.</li></ul>	
<b>INTI</b>	<p>1. <b>Eksplorasi</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>a. memberikan contoh posisi bertahan dan menyerang dalam permainan bola voli</li><li>b. Siswa melakukan permainan bola voli</li></ul>	<b>65 Menit</b>

	<p>dengan posisi yang benar</p> <p><b>2. Elaborasi</b></p> <p>a. Siswa melakukan formasi melindungi penyerang dalam permainan bola voli.</p> <p>b. Siswa melakukan rangkaian posisi permainan bola deng formasi melindungi penyerang (mengover) dalam permainan bola voli.</p> <p>c. Formasi melindungi penyerang dalam permainan bola voli</p>  <p><b>3. Konfirmasi</b></p> <p>a. Siswa melakukan kembali <i>formasi</i> dalam permainan bola voli</p> <p>b. Guru bersama peserta didik bertanya jawab untuk membenarkan kesalahan pemahanan dan memberi penguatan.</p>	
<b>Penutup</b>	<p>1. Melakukan pendinginan berupa permainan</p> <p>Cara bermain:</p> <p>a. Siswa membentuk lingkaran lalu salah satu siswa memegang bola voli dan memberikan ke pada temanya</p> <p>b. Apabila siswa sudah melempar bola maka pelempar berhak memberikan pertanyaan tentang olahraga</p> <p>c. Penerima bola berhak untuk menjawab apabila salah menjawab akan di beri hukuman memberikan gerakan pemanasan.</p>	<b>10 Menit</b>

	<p>2. Evaluasi</p> <p>Mengevaluasi materi pembelajaran dengan memberi pertanyaan kepada siswa yang berkaitan dengan pembelajara.</p> <p>3. Menutup pembelajaran dengan berdoa dan memberi salam</p>	
--	---	--

**I. Penilaian**

Teknik Penilaian

- a. Tes unjuk kerja (keterampilan)
 

Melakukan formasi melindungi penyerang secara keseluruhan dengan benar.

Penilaian terhadap kualitas untuk kerja peserta ujian, dengan rentang nilai antara 1 sampai 3.

Nilai = jumlah skor yang diperoleh x 40%  
 Jumlah skor maksimal

- b. Pengamatan sikap
 

Selama proses pembelajaran guru mengamati sikap yang muncul pada saat anak melakukan kegiatan. Sikap yang diharapkan selama proses pembelajaran, yaitu menaati aturan dari guru, disiplin, semangat dalam mengikuti pembelajaran, menghargai teman dan menunjukkan sikap percaya diri.

Berikan tanda cek ( v ) pada kolom yang sudah disediakan, setiap siswa menunjukkan atau menampilkan perilaku yang diharapkan. Tanda cek diberikan jika memenuhi kriteria penilaian.

Nilai = jumlah skor yang diperoleh x 30%  
 Jumlah skor maksimal

- c. Tes kemampuan kognitif ( pengetahuan )
 

Menjawab pertanyaan-pertayaan mengenai olahraga voli

Keterangan :

Penilaian terhadap kualitas penilaian peserta ujian, dengan rentang nilai antar 1 sampai 2

Nilai = jumlah skor yang diperoleh x 30%  
 Jumlah skor maksimal

**RUBRIK PENILAIAN**  
**UNJUK KERJA/KETERAMPILAN OLAHRAGA BOLA VOLI**

ASPEK YANG DINILAI	SKOR			JUMLAH
	1	2	3	
1. Melakukan formasi melindungi penyerang dengan benar.				
JUMLAH				
JUMLAH SKOR MAKSIMAL: 3				

Kriteria Penilaian Keterampilan (unjuk kerja)

Kriteria skor

- a. Melakukan formasi melindungi penyerang dengan benar
1. Skor 3 jika siswa dapat melakukan penyelamatan bola voli dari smash yang di blokir lawan
  2. Skor 2 jika siswa dapat melakukan teknik penyelmatan bola voli dari smash yang di blokir lawan tetapi bolanya masih keluar lapangan.
  3. Skor 1 jika siswa bisa menempatkan posisi dengan benar akan tetapi bisa mendapatkan boa ketika smash bisa di bokir oleh lawan.

**NILAI KETERAMPILAN/UNJUK KERJA =  $\frac{\text{JUMLAH SKOR}}{\text{SKOR MAKSIMAL}} \times 40\%$**

**RUBRIK PENILAIAN**  
**PENGETAHUAN OLAHRAGA BOLA VOLI**

Butir Peryataan	Kriteria pensekoran		Jumlah
	1	2	
1. Jelaskan apa yang dimaksud voli ?			
2. Jelaskan maksud melindungi penyerang?			
Jumlah			
Jumlah skor maksimal = 4			



- 1. Yang di maksud senam lantai adalah  
Bola Voli adalah permainan olahraga yang dimainkan oleh dua group berlawanan. Masing-masing group memiliki 6 pemain orang pemain. Teknik dasar permainan bola voli yaitu *passing* bawah, *passing* atas, *servics*, dan *smash*.
- 2. Yang dimaksud melindungi penyerang dlam permainan bola voli adalah  
Persiapan regu penyerang untuk menerima kembali bola mental akibat smash yang dilancarkan dapat diblock dengan baik oleh lawan.

**Kriteria penilaian**

- 1. skor 2 jika siswa mampu jelaskan dengan baik dan tepat  
skor 1 jika siswa sudah menjawab tetapi jawabanya masih kurang
- 2. skor 2 jika siswa mampu menjelaskan dengan baik dan tepat  
skor 1 jika siswa sudah menjawab tetapi jawabanya masih kurang

**NILAI KOGNITIF/PNGETAHUAN = JUMLAH SKOR X 30%**  
**SKOR MAKSIMAL**

**RUBRIK PENILAIAN**  
**PERILAKU/SIKAP DALAM MATERI OLAHRAGA BOLA VOLI**

N0	PERILAKU YANG DINILAI	Cek ( v )		
		Baik	Sedang	Kurang
1	Kerja sama			
2	Tanggung jawab			
3	Disiplin			
	<b>Jumlah nilai afektif/sikap</b>			

**BAIK = 80-100**  
**SEDANG = 60-79**  
**KURANG = 40-59**

Rekapitulasi Penilaian

N0	Nama siswa	Aspek-AspekPenilaian			Keterangan
		pengetahuan	Sikap	ketrampilan	
1					
2					
3					
4					
5					
6					

Jumlah skor yang diperoleh

Nilai Akhir (NA) = Pengetahuan + sikap + keterampilan

Aspek PenilaianTiga

Keterangan :

- 1. Mendapat nilai Sangat Baik, jika skor antara = 91 – 100%
- 2. Mendapat nilai Baik, jika skor antara = 80 – 90%
- 3. Mendapat nilai Cukup, jika skor antara = 70 – 79%
- 4. Mendapat nilai Kurang, jika skor antara = 60 – 69%
- 5. Mendapat nilai Kurang Sekali, jika skor antara = Kurang dari 60%

Gamping, 27 Juli 2016

Menyetujui

Guru Pembimbing

Mahasiswa

Drs. Gunawan

NIP. 19590210 198703 1 009

Aris Widianoro

NIM. 13601241025

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah	: SMA N 1 GAMPING
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas/semester	: X1/1 (Ganjil)
Materi Pokok	: Permainan Bola Besar (Bola Basket)
Kurikulum	: KTSP
Alokasi Waktu	: 90 menit
Ketrampilan mengajar	: Menyeluruh

### A. Standar Kompetensi

1. Mempraktikkan berbagai keterampilan permainan olahraga dengan teknik dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya

### B. Kompetensi Dasar

- 1.1 Mempraktikkan keterampilan teknik bermain salah satu permainan olahraga bola besar secara sederhana serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat dan percaya diri

### C. Indikator

Aspek-aspek	Indikator
Kognitif	a. Siswa dapat mengetahui cara melakukan <i>man to man defense</i>
Afektif	a. Melakukan doa sebelum pembelajaran b. Menunjukkan sikap menghargai perbedaan karakteristik individual dalam mengikuti pembelajaran c. Menunjukkan sikap percaya diri dalam melakukan pembelajaran d. Menunjukkan sikap disiplin dan semangat selama melakukan pembelajaran
Psikomotorik	a. Melakukan variasi dan kombinasi <i>man to man defence</i>

### D. Tujuan

Siswa mampu melakukan *man to man defence* dalam waktu 5 menit

### E. Materi Pembelajaran

#### Konsep

1. Pengertian permainan bola basket

Bola basket merupakan permainan olahraga bola besar yang dimainkan secara berkelompok yang terdiri atas 2 tim beranggotakan masing-masing 5 orang yang saling bertanding mencetak poin dengan memasukkan bola ke

keranjang lawan . tujuan permainan bola basket adalah mencetak poin sebanyak-banyaknya dengan memasukan bola ke keranjang lawan dan mencegah kemasukan bola ke keranjang sendiri.

F. Metode Pembelajaran

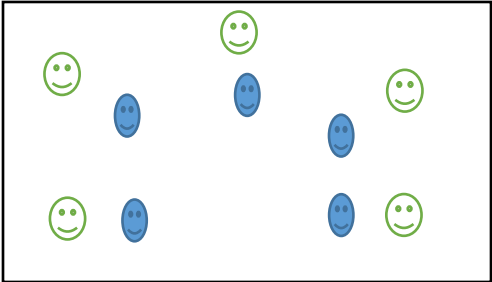
- 1. Komando
- 2. Demonstrasi
- 3. Latihan
- 4. Permainan

G. Media, Sarpras dan Sumber Belajar

- 1. Media
  - a. Guru memberikan contoh
- 2. Sarpras
  - a. Bola basket
  - b. Cone
  - c. Peluit
  - d. Lapangan basket
  - e. Jam tangan/ *stopwatch*
- 3. Sumber
  - a. KEMENDIKBUD. 2014. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan kelas X*. Jakarta: pusat kurikulum dan balitbang, kemendikbud.

H. Langkah-langkah pembelajaran

KEGIATAN	DISKRIPSI	WAKTU
Pendahuluan	<div>1. Membariskan siswa menjadi 3 bershaf, lalu di lakukan salam dan berdoa agar diberi kelancaran aktivitas olahraga dan mendapatkan ilmu yang bermanfaat, serta dilanjutkan dengan presensi dan menanyakan kondisi siswa.</div> <div>2. Memberikan motivasi pada siswa</div> <div>3. Apersepsi</div> <div>Apersepsi adalah mengaitkan sesuatu yang telah didapat siswa dengan materi yang akan di pelajari, apersepsi bisa dilakukan dengan guru menanyakan kepada siswa.</div> <div>a. Apa yang anak-anak ketahui tentang permainan dalam pembelajaran bola besar?</div> <div>b. Pernahkah anak-anak melakukan</div>	15 Menit

	<p>permainan bola basket?</p> <p>c. Apa yang anak-anak ketahui tentang permainan bola basket?</p> <p>d. Kemudian guru memperlihatkan alat-alat yang digunakan dalam permainan bola basket.</p> <p>4. Siswa melakukan pemanasan. Pemanasan dilakukan bentuk statis dan bentuk permainan.</p> <p>Nama permainan: bola api</p> <p>Cara bermain untuk permainan ini :</p> <p>a. Tunjuk 2 siswa menjadi pelempar bola basket</p> <p>b. Siswa yang lain menjadi yang di lempar</p> <p>c. Untuk melempar bola basket harus di bawah lutut</p> <p>d. Siswa yang di lempar bola basket harus berada di lingkaran yang di tentukan</p> <p>e. Apabila siswa yang di lempar mengenai bola basket maka akan bergantian menjadi pelempar.</p>	
INTI	<p>1. <b>Eksplorasi</b></p> <p>a. memberikan contoh cara melakukan <i>man to man defense</i></p> <p>b. siswa melakukan teknik <i>man to man defense</i> dalam permainan bola basket</p> <p>2. <b>Elaborasi</b></p> <p>a. Cara melakukan <i>man to man defense</i> pola pertahanan 1 pemain menjaga 1 pemain lawan atau bisa juga bertukar posisi (<i>switch</i>) ketika salah satu pemain terkena <i>screen</i>. Agar pemain lawan yang dijaga tidak bisa mendapatkan bola.</p> <p>b. Formasi <i>man to man defense</i></p> <div></div>	65 Menit

	<p><b>3. Konfirmasi</b></p> <p>Dalam kegiatan konfirmasi guru</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Siswa melakukan kembali permainan bolaa basket dengan fokus <i>man to man defense</i></li> <li>Guru bersama peserta didik bertanya jawab untuk membenarkan kesalahan pahaman dan memberi penguatan.</li> </ol>	
<b>Penutup</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Melakukan pendinginan berupa permainan Cara bermain: <ol style="list-style-type: none"> <li>Siswa membentuk lingkaran lalu salah satu siswa dan bergandengan tangan.</li> <li>Salahsatu siswa memegang simpay lalu disalurkan keteman sampingnya tanpa melepas pegangan tangan.</li> </ol> </li> <li>Evaluasi Mengevaluasi materi pembelajaran dengan memberi pertanyaan kepada peserta didik yang berkaitan dengan pembelajara.</li> <li>Menutup pembelajaran dengan berdoa dan memberi salam</li> </ol>	<b>10 Menit</b>

I. Penilaian

Teknik Penilaian

- Tes unjuk kerja (keterampilan)

Melakukan *man to man defense* secara keseluruhan dengan benar.

Penilaian terhadap kualitas untuk kerja peserta ujian, dengan rentang nilai antara 1 sampai 3.

**Nilai =jumlah skor yang diperoleh x 40%**

**Jumlah skor maksimal**
- Pengamatan sikap

Selama proses pembelajaran guru mengamati sikap yang muncul pada saat anak melakukan kegiatan. Sikap yang diharapkan selama proses pembelajaran, yaitu menaati aturan dari guru, disiplin, semangat dalam mengikuti pembelajaran, menghargai teman dan menunjukkan sikap percaya diri.

Berikan tanda cek ( v ) pada kolom yang sudah disediakan, setiap siswa menunjukkan atau menampilkan perilaku yang diharapkan. Tanda cek diberikan jika memenuhi kriteria penilaian.

$$\text{Nilai} = \frac{\text{jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 30\%$$

- c. Tes kemampuan kognitif ( pengetahuan )
- Menjawab pertanyaan-pertanyaan mengenai olahraga permainan bola basket
- Keterangan :
- Penilaian terhadap kualitas penilaian peserta ujian, dengan rentang nilai antar 1 sampai 2
- $$\text{Nilai} = \frac{\text{jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 30\%$$

**RUBRIK PENILAIAN**  
**UNJUK KERJA/KETERAMPILAN PERMAINAN BOLA BASKET**

ASPEK YANG DINILAI	SKOR			JUMLAH
	1	2	3	
1. Melakukan teknik <i>man to man defense</i> dengan benar.				
<b>JUMLAH</b>				
<b>JUMLAH SKOR MAKSIMAL: 3</b>				

Kriteria Penilaian Keterampilan (unjuk kerja)  
 Kriteria skor

- a. Melakukan teknik *man to man defense* dengan benar
1. Skor 3 jika siswa dapat melakukan teknnik *man to man defense* dengan benar dengan cara merebut bola dari serangan lawan.
2. Skor 2 jika siswa dapat melakukan *man to man defense* dengan posisi benar tetapi tidak bia merebut bol dari lawan.
3. Skor 1 jika siswa dapat melakukan *man to man defence* tetapi posisi masih salah.

$$\text{NILAI KETERAMPILAN/UNJUK KERJA} = \frac{\text{JUMLAH SKOR}}{\text{SKOR MAKSIMAL}} \times 40\%$$

RUBRIK PENILAIAN

PENGETAHUAN PERMAINAN BOLA BASKET

Butir Peryataan	Kriteria pensekoran		Jumlah
	1	2	
1. Jelaskan apa yang dimaksud bola basket?			
2. Jelaskan yang di maksud <i>man to man defense</i> ?			
Jumlah			
Jumlah skor maksimal = 4			

1. Yang di maksud permainan bola basket adalah
- Permainan bola basket adalah merupakan olahraga bola besar yang di mainkan secara berkelompok yang terdiri atas dua tim beranggotkan masing-masing 5 orang yang saling bertanding mencetak poin dengan memasukan bola ke keranjang/ ring lawan.
2. *Man to man defense* adalah
- Pola pertahanan 1 pemain menjaga 1 pemain lawan atau bisa juga bertukar posisi (*switch*) ketika salah satu pemain terkena *screen*. Agar pemain lawan yang dijaga tidak bisa mendapatkan bola.

Kriteria penilaian

1. skor 2 jika siswa mampu jelaskan dengan baik dan tepat
- skor 1 jika siswa sudah menjawab tetapi jawabanya masih kurang
2. jika siswa mampu memberikan 3 teknik *passing* bola basket
- jika siswa mampu memberikan 2 jawaban teknik *passing* bola basket

NILAI KOGNITIF/PNGETAHUAN =
 
$$\frac{\text{JUMLAH SKOR}}{\text{SKOR MAKSIMAL}} \times 30\%$$

RUBRIK PENILAIAN

PERILAKU/SIKAP DALAM MATERI PERMAINAN BOLA BASKET

N0	PERILAKU YANG DINILAI	Cek ( v )		
		Baik	Sedang	Kurang
1	Kerja sama			
2	Tanggung jawab			
3	Disiplin			
	Jumlah nilai afektif/sikap			



**BAIK** = 80-100  
**SEDANG** = 60-79  
**KURANG** = 40-59

**Rekapitulasi Penilaian**

N0	Nama peserta didik	Aspek-AspekPenilaian			Keterangan
		pengetahuan	Sikap	ketrampilan	
1					
2					
3					
4					

Jumlah skor yang diperoleh

**Nilai Akhir (NA) = Pengetahuan + sikap + keterampilan**

Aspek PenilaianTiga

**Keterangan :**

1. Mendapat nilai Sangat Baik, jika skor antara = 91 – 100%
2. Mendapat nilai Baik, jika skor antara = 80 – 90%
3. Mendapat nilai Cukup, jika skor antara = 70 – 79%
4. Mendapat nilai Kurang, jika skor antara = 60 – 69%
5. Mendapat nilai Kurang Sekali, jika skor antara = Kurang dari 60%

Gamping, 3 Agustus 2016

Menyetujui

Guru Pembimbing

Mahasiswa

Drs. Gunawan

NIP. 19590210 198703 1 009

Aris Widianoro

NIM. 13601241025

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah	: SMA N 1 GAMPING
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani,Olaharga dan Kesehatan
Kelas/semester	: XI/1 (Ganjil)
Materi Pokok	: Permainan Bola Besar (Sepak Bola)
Kurikulum	: KTSP
Alokasi Waktu	: 90 menit
Ketrampilan mengajar	: Menyeluruh

### A. Standar Kompetensi

1. Memperaktikkan berbagai keterampilan permainan olahraga dalam bentuk sederhana dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya.

### B. Kompetensi Dasar

- 1.1 Mempraktikkan keterampilan bermain sepak bola dengan menggunakan alat dan peraturan yang dimodifikasi serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri

### C. Indikator

Aspek-aspek	Indikator
Kognitif	a. Siswa dapat mengetahui cara melakukan <i>defferent</i> dalam sepak bola
Afektif	a. Melakukan doa sebelum pembelajaran b. Menunjukan sikap menghargai perbedaan karakteristik individual dalam mengikuti pembelajaran c. Menunjukan sikap percaya diri dalam melakukan pembelajaran d. Menunjukan sikap disiplin dan semangat selama melakukan pembelajaran
Psikomotorik	a. Melakukan variasi dan kombinasi <i>passing</i> dan gerakan <i>man to man marking</i> dalam sepak bola

### D. Tujuan

Siswa mampu melakukan *formasi different/bertahan* dan melakukan passing sebanyak 10 kali

### E. Materi Pembelajaran

#### Konsep

1. Pengertian permainan sepak bola

Sepak bola adalah permainan bola yang dimainkan 2 tim dengan masing-masing pemain beranggotakan 11 orang. Permainan sepak bola

bertujuan untuk mencetak goal sebanyak-banyaknya dengan menggunakan bola kulit yang berukuran 27-28 inci.

F. Metode Pembelajaran









- 1. Komando
- 2. Demonstrasi
- 3. Latihan
- 4. Permainan

G. Media, Sarpras dan Sumber Belajar

- 1. Media
  - a. Guru memberikan contoh
- 2. Sarpras
  - a. Bola sepak bola
  - b. Cone
  - c. Peluit
  - d. Lapangan sepak bola
  - e. Jam tangan/ *stopwatch*
- 3. Sumber
  - a. KEMENDIKBUD. 2014. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan kelas X*. Jakarta: pusat kurikulum dan balitbang, kemendikbud.

H. Langkah-langkah pembelajaran

KEGIATAN	DISKRIPSI	WAKTU
Pendahuluan	<div>1. Membariskan siswa menjadi 3 bershaf,lalu di lakukan salam dan berdoa agar diberi kelancaran aktivitas olahraga dan mendapatkan ilmu yang bermanfaat, serta dilanjutkan dengan presensi dan menanyakan kondisi siswa.</div> <div>2. Memberikan motivasi pada siswa</div> <div>3. Apersepsi</div> <div>Apersepsi adalah mengaitkan sesuatu yang telah didapat siswa dengan materi yang akan di pelajari, apersepsi bisa dilakukan dengan guru menanyakan kepada siswa.</div> <div>a. Apa yang anak-anak ketahui tentang permainan dalam pembelajaran bola besar?</div> <div>b. Pernahkah anak-anak melakukan permainan sepak bola?</div>	15 Menit

	<p>c. Apa yang anak-anak ketahui tentang permainan sepak bola?</p> <p>d. Kemudian guru memperlihatkan alat-alat yang digunakan dalam permainan sepak bola.</p> <p>4. Siswa melakukan pemanasan. Pemanasan dilakukan bentuk statis dan bentuk permainan.</p> <p>Nama permainan: kucing gerak</p> <p>Cara bermain untuk permainan ini :</p> <p>a. Tunjuk 2 siswa menjadi kucing</p> <p>b. Siswa yang lain membentuk lingkaran, siswa yang menjadi kucing berusaha merebut bola yang di mainkan</p> <p>c. apabila siswa yang menjadi kucing dapat merebut bola maka mereka akan bergantian/<i>rolling</i></p>	
INTI	<p>1. <b>Eksplorasi</b></p> <p>a. memberikan contoh gerakan <i>passing</i> dan <i>defferent</i>/bertahan</p> <p>b. siswa melakukan teknik <i>passing</i> dan <i>defferent</i> dengan cara bermain.</p> <p>2. <b>Elaborasi</b></p> <p>a. Melakukan teknik <i>passing</i></p> <p>Cara melakukan</p> <p>1) Letakan salah satu kaki tumpu di sebelah bola, kaki tumpu jangan terlalu jauh atau melebihi bola.</p> <p>2) Kaki untuk menendang ditarik kebelakang kemudian diayun mengenai bola, perkenaan bola harus tepat di tengah bola atau sedikit keatas.</p> <p>b. Melakukan <i>defferent</i>/ bertahan</p> <p>c. Melakukan dengan formasi</p> <div><div>  ↓  </div><div>  ↓  </div></div>	65 Menit

	<p>Cara melakukan:</p> <p>Siswa yang beradadi depan melakukan <i>passing</i> sampai ke tengah lalu melakukan <i>passing</i> dan berlari ke arah barisan belakang, siswa yang paling depan membawa bola dan berusaha melewati siswa yang di depannya.</p> <p><b>3. Konfirmasi</b></p> <p>Dalam kegiatan konfirmasi guru</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Siswa melakukan kembali gerakan <i>passing dan defferent</i> dalam bentuk permainan sepak bola</li> <li>Guru bersama peserta didik bertanya jawab untuk membenarkan kesalahan pahaman dan memberi penguatan.</li> </ol>	
<b>Penutup</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Melakukan pendinginan berupa permainan            Cara bermain:           <ol style="list-style-type: none"> <li>Siswa membentuk lingkaran lalu salah satu siswa memegang bola dan memberikan ke pada temanya</li> <li>Apabila siswa sudah melempar bola maka pelempar berhak memberikan pertanyaan tentang olahraga</li> <li>Penerima bola berhak untuk menjawab apabila salah menjawab akan di beri hukuman memberikan gerakan pemanasan.</li> </ol> </li> <li>Evaluasi            Mengevaluasi materi pembelajaran dengan memberi pertanyaan kepada peserta didik yang berkaitan dengan pembelajara.</li> <li>Menutup pembelajaran dengan berdoa dan memberi salam</li> </ol>	<b>10 Menit</b>

**I. Penilian**

Teknik Penilian

- Tes unjuk kerja (keterampilan)
 

Melakukan *passing dan defferent* secara keseluruhan dengan benar.

Penilian terhadap kualitas untuk kerja peserta ujian, dengan rentang nilai antara 1 sampai 3.

Nilai = jumlah skor yang diperoleh x 40%  
 Jumlah skor maksimal

- b. Pengamatan sikap
- Selama proses pembelajaran guru mengamati sikap yang muncul pada saat anak melakukan kegiatan. Sikap yang diharapkan selama proses pembelajaran, yaitu menaati aturan dari guru, disiplin, semangat dalam mengikuti pembelajaran, menghargai teman dan menunjukkan sikap percaya diri.
- Berikan tanda cek ( v ) pada kolom yang sudah disediakan, setiap siswa menunjukkan atau menampilkan perilaku yang diharapkan. Tanda cek diberikan jika memenuhi kriteria penilaian.

Nilai = jumlah skor yang diperoleh x 30%  
 Jumlah skor maksimal

- c. Tes kemampuan kognitif ( pengetahuan )
- Menjawab pertanyaan-pertanyaan mengenai olahraga permainan sepak bola
- Keterangan :
- Penilaian terhadap kualitas penilaian peserta ujian, dengan rentang nilai antar 1 sampai 2

Nilai = jumlah skor yang diperoleh x 30%  
 Jumlah skor maksimal

**RUBRIK PENILAIAN**  
**UNJUK KERJA/KETERAMPILAN PERMAINAN SEPAK BOLA**

ASPEK YANG DINILAI	SKOR			JUMLAH
	1	2	3	
1. Melakukan teknik <i>passing</i> dengan benar				
2. Melakukan teknik <i>different</i> dengan benar				
JUMLAH				
JUMLAH SKOR MAKSIMAL: 6				

Kriteria Penilaian Keterampilan (unjuk kerja)

Kriteria skor

- a. Melakukan teknik *passing* dengan benar
  - 1. Skor 3 jika siswa dapat melakukan teknik *passing* dengan perkenaan bola tepat mengarah ke sasaran dan bola stabil mendarat.
  - 2. Skor 2 jika siswa dapat melakukan teknik *passing* dengan mengarahtepat ke sasaran akan tetapi laju bola tidak stabil tinggi ke atas.
  - 3. Skor 1 jika siswa melakukan teknik *passing* tidak mengarah ke sasaran
- b. Melakukan teknik *defferent*/bertahan dengan benar
  - 1. Skor 3 jika siswa dapat melakukan teknik *defferent*/bertahan dengan posisi yang benar tanpa di lewati pemain lawan.
  - 2. Skor 2 jika siswa dapat melakukan teknik *defferent*/bertahan dengan posisi salah tetapi tanpa di lewati pemain lawan
  - 3. Skor 1 jika siswa melakukan teknik *defferent*/bertahan dengan posisi salah dan mudah di lewati pemain lawan.

**NILAI KETERAMPILAN/UNJUK KERJA =  $\frac{\text{JUMLAH SKOR}}{\text{SKOR MAKSIMAL}} \times 40\%$**

**RUBRIK PENILAIAN**

**PENGETAHUAN PERMAINAN SEPAK BOLA**

Butir Peryataan	Kriteria pensekoran		Jumlah
	1	2	
1. Jelaskan apa yang dimaksud sepak bola?			
2. Sebutkan teknik dasar dalam permainan sepak bola?			
<b>Jumlah</b>			
<b>Jumlah skor maksimal = 4</b>			

- 1. Yang di maksud permainan sepak bola dalah  
Permainan sepak bola adalah permainan bola yang dimainkan 2 tim dengan masing-masing pemain beranggotakan 11 orang.
- 2. Teknik dasar dalam permainan bola sepak bola
  - a. Teknik *passing*
  - b. Teknik *control*
  - c. Teknik *dribbling*
  - d. Teknik *shooting*

**Kriteria penilaian**

- 1. skor 2 jika siswa mampu jelaskan dengan baik dan tepat  
    skor 1 jika siswa sudah menjawab tetapi jawabanya masih kurang
- 2. jika siswa mampu memberikan 3 jawaban teknik dasar sepak bola  
    jika siswa mampu memberikan 2 jawaban teknik dasar sepak bola

**NILAI KOGNITIF/PNGETAHUAN = JUMLAH SKOR X 30%**  
**SKOR MAKSIMAL**

**RUBRIK PENILAIAN**  
**PERILAKU/SIKAP DALAM MATERI PERMAINAN SEPAK BOLA**

N0	PERILAKU YANG DINILAI	Cek ( v )		
		Baik	Sedang	Kurang
1	Kerja sama			
2	Tanggung jawab			
3	Disiplin			
	Jumlah nilai afektif/sikap			

**BAIK           = 80-100**  
**SEDANG     = 60-79**  
**KURANG     = 40-59**

**Rekapitulasi Penilaian**

N0	Nama peserta didik	Aspek-AspekPenilaian			Keterangan
		pengetahuan	Sikap	ketrampilan	
1					
2					
3					
4					
5					
6					



**Nilai Akhir (NA) = Pengetahuan + sikap + keterampilan**

Aspek Penilaian Tiga

**Keterangan :**

1. Mendapat nilai Sangat Baik, jika skor antara = 91 – 100%
2. Mendapat nilai Baik, jika skor antara = 80 – 90%
3. Mendapat nilai Cukup, jika skor antara = 70 – 79%
4. Mendapat nilai Kurang, jika skor antara = 60 – 69%
5. Mendapat nilai Kurang Sekali, jika skor antara = Kurang dari 60%

Gamping, 10 Agustus 2016

Menyetujui:

Guru Pembimbing

Mahasiswa

Drs. Gunawan

NIP. 19590210 198703 1 009

Aris Widianoro

NIM. 13601241025

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah : SMA N 1 GAMPING

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani,Olaharga dan Kesehatan

Kelas/semester : XI/1 (Ganjil)

Materi Pokok : Aktivitas Uji Diri (Senam Lantai)

Kurikulum : KTSP

Alokasi Waktu : 90 menit

Ketrampilan mengajar : Menyeluruh

### A. Standart Kompetensi

3. Mempratikkan ketrampilan rangkian senam dan nilai-nilai ang terkandung di dalamnya

### B. Kompetensi Dasar

- 3.2 Mempratikkan ketrampilan rangkian senam ketangkasan tanpa menggunakan alat serta nilai percaya diri, kerjasama, tanggung jawab, menghargaai teman

### C. Indikator

Aspek-aspek	Indikator
Kognitif	a. Siswa dapat mengetahui cara melakukan gerakan <i>roll</i> depan dan <i>roll</i> belakang
Afektif	a. Melakukan doa sebelum pembelajaran. b. Menunjukan sikap menghargai perbedaan karakteristik individual dalam mengikuti pembelajaran. c. Menunjukan sikap percaya diri dalam melakukan pembelajaran. d. Menunjukan sikap disiplin dan semangat selama melakukan pembelajaran.
Psikomotorik	a. Melakukan rangkaian gerakan senam lantai <i>roll</i> depan dan <i>roll</i> belakan

### D. Tujuan

Siswa dapat melakukan rangkaian gerakan *roll* depan dengan posisi perkenaan saat mengguling menggunakan tengkuk dan roll belakang sebanyak 2 kali.

E. Materi Pembelajaran

Konsep

1. Pengertian senam lantai

Senam lantai merupakan salah satu cabang olahraga senam yang dilakukan diatas lantai atau lapangan dengan menggunakan matras. Unsur-unsur gerakan senam lantai terdiri dari gerakan mengguling, meloncat, melompat, berputar di udara, menumpu dengan tangan, menumpu dengan kaki untuk mempertahankan sikap seimbang atau pada saat meloncat belakang maupun meloncat ke depan. Senam lantai disebut juga dengan latihan bebas karena pada saat melakukan senam lantai tidak menggunakan alat apapun. Gerakan senam lantai di mulai dari yang ringan, gerakan sedang, gerakan berat dan gerakan akrobatik yang mengandung gerakan ketangkasan, keluwesan, dan keseimbangan.

Senam lantai *roll* belakang adalah gaya gerakan senam dimana posisi badan berguling kearah belakang badan melalui bagian belakang badan mulai dari panggul bagian belakang, pinggang, punggung dan tengkuk.

F. Metode Pembelajaran

- 1. Komando
- 2. Demotrasi
- 3. Latihan

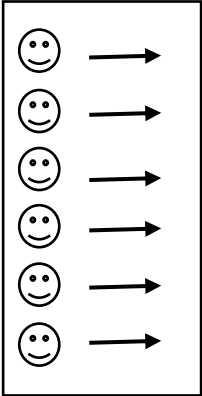
G. Media, sarpras dan Sumber Belajar

- 1. Media
  - a. Guru memberikan contoh gerkan
- 2. Sarpras
  - a. Peluit
  - b. Matras
  - c. Bola
  - d. *Cone*
  - e. Jam tangan/*stopwatch*
- 3. Sumber
  - a. KEMENDIKBUD. 2014. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan kelas X*. Jakarta: pusat kurikulum dan balitbang, kemendikbud.

H. Langkah-langkah Pembelajaran

KEGIATAN	DISKRIPSI	WAKTU
Pendahuluan	1. Membariskan siswa menjadi 3 bershaf, lalu di melakukan salam dan berdoa agar diberi kelancaran aktivitas olahraga dan mendapatkan ilmu yang bermanfaat dan	15 Menit

	<p>dilanjutkan dengan presensi dan menanyakan kondisi siswa.</p> <p>Memberikan motivasi pada siswa</p> <p>2. Apersepsi</p> <p>Apersepsi adalah mengaitkan sesuatu yang telah didapat siswa dengan materi yang akan di pelajari, apersepsi bisa dilakukan dengan guru menanyakan kepada siswa.</p> <p>a. Senam apa saja yang anak-anak ketahui ?</p> <p>b. Pernahkah anak-anak melakukan senam lantai?</p> <p>c. Apa yang anak-anak ketahui tentang senam lantai?</p> <p>d. Gerakan apa saja yang ada dalam senam lantai?</p> <p>3. Siswa melakukan pemanasan. Siswa melakukan peregangan ststis dan dinamis.</p>	
INTI	<p>1. <b>Eksplorasi</b></p> <p>a. Guru memberikan contoh gerakan <i>roll</i> depan dan <i>roll</i> elakang</p> <p>b. Siswa melakukan <i>roll</i> belakang dan di rangkaidengan <i>roll</i> belaang</p> <p>2. <b>Elaborasi</b></p> <p>a. Cara melakukan <i>roll</i> depan</p> <p>Cara melakukan</p> <p>1) Posisi badan siap, kemudian badan dibungkukkan dan kedua tangan menempel pada matras.</p> <p>2) Posisi jongkok, dagu ditempelkan pada dada</p> <p>3) Pada saat mengguling, tengkuk dijadikan tumpuan</p> <p>4) Stelah selesai mengguling kedua tangan diluruskan ke depan kemudian berdiri dengan kedua tangan diangkat diatas.</p> <p>b. Cara melakukan roll belakang</p> <p>Cara melakukan</p> <p>1) Posisi jongkok, kedua kaki rapat</p>	65 Menit

	<p>dan tumit diangkat.</p> <ol style="list-style-type: none"><li>2) Kepala nunduk dan dagu rapart ke dada.</li><li>3) Kedua tangan berada di samping telinga dan telapak tangan menghadap ke atas.</li><li>4) Jatuhkan pantat ke belakang dan badan tetap bulat.</li><li>5) Pada saat punggung menyentuh matras, kedua lutut cepat ditarik ke belakang kepala.</li><li>6) Pada saat kedua ujung kaki menyentuh matras di belakang kepala, kedua telapak tangan menekan matras hingga tangan lurus dan kepala terangkat</li><li>7) Ambil sikap jongkok dengan lurus ke depan sejajar bahu lalu berdiri</li></ol> <p>c. Melakukan dengan formasi</p> <div></div> <p><b>3. Konfirmasi</b></p> <p>Dalam kegiatan konfirmasi guru</p> <ol style="list-style-type: none"><li>a. Siswa melakukan kembali gerakan <i>roll</i> depan dengan dikombinasikan dengan roll belakakg</li><li>b. Guru bersama peserta didik bertanya jawab untuk membenarkan kesalahan pahaman dan memberi penguatan.</li></ol>	
<b>Penutup</b>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Melakukan pendinginan statis dan dinamis Yang paling berperan pada erakan senam</li><li>2. Evaluasi Mengevaluasi materi pembelajaran dengan</li></ol>	<b>10 Menit</b>

	<p>memberi pertanyaan kepada peserta didik yang berkaitan dengan pembelajara.</p> <p>3. Menutup pembelajaran dengan berdoa dan memberi salam</p>	
--	--	--

**I. Penilaian**

Teknik Penilaian

- a. Tes unjuk kerja (keterampilan)
 

Melakukan *rool* deapa dan *roll* belakang secara keseluruhan dengan benar.

Penilaian terhadap kualitas untuk kerja peserta ujian, dengan rentang nilai antara 1 sampai 3.

Nilai = jumlah skor yang diperoleh x 40%  
 Jumlah skor maksimal

- b. Pengamatan sikap
 

Selama proses pembelajaran guru mengamati sikap yang muncul pada saat anak melakukan kegiatan. Sikap yang diharapkan selama proses pembelajaran, yaitu menaati aturan dari guru, disiplin, semangat dalam mengikuti pembelajaran, menghargai teman dan menunjukkan sikap percaya diri.

Berikan tanda cek ( v ) pada kolom yang sudah disediakan, setiap siswa menunjukkan atau menampilkan perilaku yang diharapkan. Tanda cek diberikan jika memenuhi kriteria penilaian.

Nilai = jumlah skor yang diperoleh x 30%  
 Jumlah skor maksimal

- c. Tes kemampuan kognitif ( pengetahuan )
 

Menjawab pertanyaan-pertanyaan mengenai olahraga senam lantai

Keterangan :

Penilaian terhadap kualitas penilaian peserta ujian, dengan rentang nilai antar 1 sampai 2

Nilai = jumlah skor yang diperoleh x 30%  
 Jumlah skor maksimal

RUBRIK PENILAIAN

UNJUK KERJA/KETERAMPILAN OLAHRAGA SENAM LANTAI

ASPEK YANG DINILAI	SKOR			JUMLAH
	1	2	3	
1. Melakukan teknik <i>roll</i> belakang 2. Melakukan teknik <i>roll</i> depan				
JUMLAH				
JUMLAH SKOR MAKSIMAL: 6				

Kriteria Penilaian Keterampilan (unjuk kerja)

Kriteria skor

- a. Melakukan teknik *roll* belakang dengan benar
1. Skor 3 jika siswa dapat melakukan teknik *roll* belakang dengan benar pada saat melakukan kedua tangan di lipat disamping telinga lalu saat punggung menyentuh matras telapak tangan tangan menekan matras sehingga tangan lurus dan kepala terangkat.

2. Skor 2 jika siswa dapat melakukan teknik *roll* belakang tetapi saat mendarat posisi tubuh jatuh ke samping.

3. Skor 1 jika siswa melakukan *roll* belakang tetapi awalnya saat mengguling tidak dapat mengangkat kaki.
- b. Melakukan teknik *roll* depan dengan benar
1. Skor 3 jika siswa dapat melakukan teknik roll depan posisi dagu ditempelkan pada dada saat mengguling menggunakan tengkuk kemudian berdiri dengan kedua tangan diangkat ke atas.

2. skor 2 jika dapat melakukan rol depan dengan posisi dagu menempel dan saat mengguling menggunakan tengkuk tetapi saat berdiri tidak bisa lurus

3. Skor 1 jika siswa dapat melakukan teknik *roll* depan saat mengguling menggunakan kepala dan arahnya masih melenceng

NILAI KETERAMPILAN/UNJUK KERJA =  $\frac{\text{JUMLAH SKOR}}{\text{SKOR MAKSIMAL}}$  X 40%

RUBRIK PENILAIAN

PENGETAHUAN OLAHRAGA SENAM LANTAI

Butir Peryataan	Kriteria pensekoran		Jumlah
	1	2	
1. Jelaskan apa yang dimaksud senam lantai ?			
2. Jelaskan yang dimaksud senam roll belakang ?			
Jumlah			
Jumlah skor maksimal = 4			

1. Yang di maksud senam lantai adalah
- Senam lantai adalah salah satu cabang olahraga senam yang dilakukan diatas lantai atau lapangan dengan menggunakan matras. Unsur-unsur gerakan senam lantai terdiri dari gerakan mengguling, meloncat, melompat, berputar di udara, menumpu dengan tangan, menumpu dengan kakiuntuk mempertahankan sikap seimbang atau pada saat meloncat belakang maupun meloncat ke depan.
2. Yang di maksud roll belakang adalah
- Gaya gerakan senam dimana posisi badan berguling kearah belakang badan melalui bagian belakang badan mulai dari panggul bagian belakang, pinggang, punggung dan tengkuk.

Kriteria penilaian

1. skor 2 jika siswa mampu jelaskan dengan baik dan tepat
- skor 1 jika siswa sudah menjawab tetapi jawabanya masih kurang
2. skor 2 jika siswa mampu menjelaskan dengan baik dan tepat
- skor 1 jika siswa sudah menjawab tetapi jawabanya masih kurang

NILAI KOGNITIF/PNGETAHUAN =  $\frac{\text{JUMLAH SKOR}}{\text{SKOR MAKSIMAL}}$  X 30%

RUBRIK PENILAIAN

PERILAKU/SIKAP DALAM MATERI OLAHRAGA SENAM LANTAI

N0	PERILAKU YANG DINILAI	Cek ( v )		
		Baik	Sedang	Kurang
1	Kerja sama			
2	Tanggung jawab			
3	Disiplin			
	Jumlah nilai afektif/sikap			



- BAIK = 80-100**
- SEDANG = 60-79**
- KURANG = 40-59**

**Rekapitulasi Penilaian**

N0	Nama peserta didik	Aspek-AspekPenilaian			Keterangan
		pengetahuan	Sikap	Ketrampilan	
1					
2					
3					
4					

Jumlah skor yang diperoleh

**Nilai Akhir (NA) = Pengetahuan + sikap + keterampilan**

Aspek PenilaianTiga

**Keterangan :**

- 1. Mendapat nilai Sangat Baik, jika skor antara = 91 – 100%
- 2. Mendapat nilai Baik, jika skor antara = 80 – 90%
- 3. Mendapat nilai Cukup, jika skor antara = 70 – 79%
- 4. Mendapat nilai Kurang, jika skor antara = 60 – 69%
- 5. Mendapat nilai Kurang Sekali, jika skor antara = Kurang dari 60%

Gamping, 18 Agustus 2016

Menyetujui

Guru Pembimbing

Mahasiswa

Drs. Gunawan  
NIP. 19590210 198703 1 009

Aris Widianoro  
NIM. 13601241025

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah	: SMA N 1 GAMPING
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani,Olaharga dan Kesehatan
Kelas/semester	: X1/1 (Ganjil)
Materi Pokok	: Atletik ( Tolak peluru gaya menyaping ortodoks)
Kurikulum	: KTSP
Alokasi Waktu	: 90 menit
Ketrampilan mengajar	: Menyeluruh

### A. Standar Kompetensi

1. Mempraktikan berbagai ketrampilan permainan olahraga dengan teknik dan nilai nilai yang terkandung di dalamnya.

### B. Kompetensi Dasar

- 1.3 Mempraktikkan keterampilan teknis salah satu nomor atletik dengan menggunakan peraturan yang di modifikasi serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai orang lain, kerja keras,dan percaya diri.

### C. Indikator

Aspek-aspek	Indikator
Kognitif	a. Siswa dapat mengetahui cara melakukan tolak peluru gaya <i>ortodoks</i>
Afektif	a. Melakukan doa sebelum pembelajaran b. Menunjukkan sikap menghargai perbedaan karakteristik individual dalam mengikuti pembelajaran c. Menunjukkan sikap percaya diri dalam melakukan pembelajaran d. Menunjukkan sikap disiplin dan semangat selama melakukan pembelajaran
Psikomotorik	a. Melakukan tolak peluru dengan gaya <i>ortodoks</i>

### D. Tujuan

Siswa dapat melakukan tolak peluru gaya ortodoks sebanyak 3 kali

### E. Materi Pembelajaran

#### Konsep

1. Pengertian tolak peluru

Tolak peluru

Merupakan sebuah cabang olahraga yang masih dalam katagori cabang olahraga atletik, dan ini merupakan salah satu katagori nomor lempar, tolak

peluru adalah suatu gerkan menolak atau mendorong suatu lat bundardengan berat tertentu yang terbuat dari logam, yang dilakukan bahu dengan satu tangan untuk mencapai jarak sejauh-jauhnya.

F. Metode Pembelajaran

- 1. Komando
- 2. Demonstrasi
- 3. Latihan
- 4. Permainan

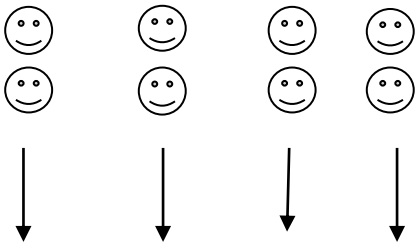
G. Media, Sarpras dan Sumber Belajar

- 1. Media
  - a. Guru memberikan contoh
- 2. Sarpras
  - a. Lapangan atletik
  - b. Cone
  - c. Peluit
  - d. Jam tangan/ *stopwatch*
- 3. Sumber
  - a. KEMENDIKBUD. 2014. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan kelas X*. Jakarta: pusat kurikulum dan balitbang, kemendikbud.

H. Langkah-langkah pembelajaran

KEGIATAN	DISKRIPSI	WAKTU
Pendahuluan	<div>1. Membariskan siswa menjadi 3 bershaf,lalu di lakukan salam dan berdoa agar diberi kelancaran aktivitas olahraga dan mendapatkan ilmu yang bermanfaat dan dilanjutkan dengan presensi dan menanyakan kondisi siswa.</div> <div>2. Memberikan motivasi pada siswa</div> <div>3. Apersepsi</div> <div>Apersepsi adalah mengaitkan sesuatu yang telah didapat siswa dengan materi yang akan di pelajari, apersepsi bisa dilakukan dengan guru menanyakan kepada siswa.</div> <div>a. Apa yang anak-anak ketahui tentang olahraga yang ada di cabang atletik?</div> <div>b. Pernakah anak-anak melakukan tolak peluru?</div> <div>c. Apa yang anak-anak ketahui tentang</div>	15 Menit

	<p>tolak peluru?</p> <p>d. Kemudian guru memperlihatkan alat-alat yang digunakan dalam touch start / start jongkok</p> <p>4. Siswa melakukan pemanasan. Pemanasan dilakukan bentuk statis,dinamis dan bentuk permainan.</p> <p>Nama permainan: tiga jadi</p> <p>Cara bermain untuk permaina ini :</p> <p>a. Siwwa di bagi menjadi 2 team</p> <p>b. Setiap kelompok berbanjar ke belakang</p> <p>c. Sebelum siswa sampai ke kotak 3 jadi siswa harus berlari dengan melewati rintangan yaitu lingkaran yang harus di lompat.</p> <p>d. Apabila salah 1 kelompok dapat menyusun menjadi 3 jadi maka dinyatakan menjadi pemenang.</p> <p>e. Kelompok yang kalah mendapat hukuman loncat pager 5 kali.</p>	
INTI	<p>1. <b>Eksplorasi</b></p> <p>a. memberikan contoh gerakan <i>tolak peluru gaya ortodoks</i></p> <p>b. siswa melakukan teknik tolak peluru gaya <i>ortodoks</i></p> <p>2. <b>Elaborasi</b></p> <p>a. Melakukan teknik tolak peluru gaya <i>ortodoks</i></p> <p>Cara melakukan</p> <p>1) Sikap awal berdiri menyamping dengan sektor tolakan berada di sektor kirinya tubuh. Lutut kaki kanan ditekuk, sedangkan kaki kiri di luruskan belakang.</p> <p>2) Tangan kanan memegang peluru yang di letakan di atas bahu kanan menempel pada rahang, sedngkan tangan kiri diangkat ditekuk di depan wajah kiri berfungsi menjaga keseimbangan tubuh.</p>	65 menit

	<p>3) Gerakan akan menolak,yaitu kaki kiri di angkat kemudian diputarakan e arah kiri sebanyak 3 kali putaran kemudian kaki berpijak di sebelah kaki kanan.</p> <p>4) Kaki kiri digeser ke samping kiri sambil kaki kanan juga di geser mengikuti arah kaki kiri bergeser.</p> <p>5) Waktu kedua kaki bergeser ke kiri, perluru di dorong ke arah depan atas, jalanya peluru membentuk parabola.</p> <p>6) Sikap akhir, berat badan berada di kaki kanan diusahakan tubuh tidak ke luar dari lingkaran.</p> <p>b. Melakukan dengan formasi</p> <div></div> <p><b>3. Konfirmasi</b></p> <p>Dalam kegiatan konfirmasi guru</p> <p>a. Siswa melakukan kembali tolak peluru gaya <i>ortodoks</i></p> <p>b. Guru bersama peserta didik bertanya jawab untuk membenarkan kesalahan pahaman dan memberi penguatan.</p>	
<b>Penutup</b>	<p>1. Melakukan pendinginan berupa permainan</p> <p>Cara bermain:</p> <p>a. Siswa membentuk lingkaran.</p> <p>b. Siswa bernyanyi lagu daerah, permainan ini meneruskan kata dalam lirik lagu daerah sambil berjalan santai membentuk lingkaran.</p> <p>c. Jika siswa yang salah lirik maka siswa memberikan contoh gerakan pendinginan.</p> <p>2. Evaluasi</p> <p>Mengevaluasi materi pembelajaran dengan</p>	<b>10 menit</b>

	memberi pertanyaan kepada peserta didik yang berkaitan dengan pembelajaran.	
	3. Menutup pembelajaran dengan berdoa dan memberi salam	

**I. Penilaian**

Teknik Penilaian

- a. Tes unjuk kerja (keterampilan)

Melakukan tolak peluru gaya *ortodoks* secara keseluruhan dengan benar.

Penilaian terhadap kualitas untuk kerja peserta ujian, dengan rentang nilai antara 1 sampai 3.

Nilai = jumlah skor yang diperoleh x 40%

**Jumlah skor maksimal**

- b. Pengamatan sikap

Selama proses pembelajaran guru mengamati sikap yang muncul pada saat anak melakukan kegiatan. Sikap yang diharapkan selama proses pembelajaran, yaitu menaati aturan dari guru, disiplin, semangat dalam mengikuti pembelajaran, menghargai teman dan menunjukkan sikap percaya diri.

Berikan tanda cek ( v ) pada kolom yang sudah disediakan, setiap siswa menunjukkan atau menampilkan perilaku yang diharapkan. Tanda cek diberikan jika memenuhi kriteria penilaian.

Nilai = jumlah skor yang diperoleh x 30%

**Jumlah skor maksimal**

- c. Tes kemampuan kognitif ( pengetahuan )

Menjawab pertanyaan-pertanyaan mengenai olahraga atletik ( *short star/ start* jongkok

Keterangan :

Penilaian terhadap kualitas penilaian peserta ujian, dengan rentang nilai antar 1 sampai 2

Nilai = jumlah skor yang diperoleh x 30%

**Jumlah skor maksimal**

**RUBRIK PENILAIAN**  
**UNJUK KERJA/KETERAMPILAN *ATLETIK*** (Tolak peluru gaya *ortodoks*)

ASPEK YANG DINILAI	SKOR			JUMLAH
	1	2	3	
1. Melakukan teknik tolak peluru gaya <i>ortodoks</i> dengan benar				
JUMLAH				
JUMLAH SKOR MAKSIMAL: 3				

Kriteria Penilaian Keterampilan (unjuk kerja)

Kriteria skor

- a. Melakukan teknik tolak peluru gaya *ortodoks* dengan benar
- Skor 3 jika siswa melakukan gerakan yang benar dengan posisi peluru berada di rahang dan jarak tolak peluru lebih dari 7 meter
  - Skor 2 jika siswa melakukan tolakan dengan gaya yang benar akan tetapi jaraknya kurang dari 7 meer
  - Skor 1 jika siswa melakukan tolakan dengan posisi gaya yang salah

**NILAI KETERAMPILAN/UNJUK KERJA =  $\frac{\text{JUMLAH SKOR}}{\text{SKOR MAKSIMA}} \times 40\%$**

**RUBRIK PENILAIAN**  
**PENGETAHUAN TENTANG *ATLETIK*** (Tolak peluru gaya ortodoks)

Butir Pernyataan	Kriteria pensekoran		Jumlah
	1	2	
1. Jelaskan apa yang dimaksud atletik?			
2. Jelaskan yang di maksud tolak peluru?			
Jumlah			
Jumlah skor maksimal = 4			

1. Yang di maksud permainan sepak *atletik* dalah  
 Atletik adalah gabungan dari olahraga yang secara garis besar dapat dikelompokan menjadi lari, lempar dan lompat.
2. Yang dimaksud tolak peluru adalah  
 Merupakan salah satu nomer cabang olahraga melempar atau tolakan dalam atletik.

**Kriteria penilaian**

1. skor 2 jika siswa mampu jelaskan dengan baik dan tepat  
 skor 1 jika siswa sudah menjawab tetapi jawabanya masih kurang
2. jika siswa mampu memberikan 3 jawaban teknik dasar sepak bola  
 jika siswa mampu memberikan 2 jawaban teknik dasar sepak bola

**NILAI KOGNITIF/PNGETAHUAN = JUMLAH SKOR X 30%**

**SKOR MAKSIMAL**

**RUBRIK PENILAIAN**

**PERILAKU/SIKAP DALAM MATERI ATLETIK**

N0	PERILAKU YANG DINILAI	Cek ( v )		
		Baik	Sedang	Kurang
1	Kerja sama			
2	Tanggung jawab			
3	Disiplin			
	<b>Jumlah nilai afektif/sikap</b>			

**BAIK = 80-100**

**SEDANG = 60-79**

**KURANG = 40-59**

**Rekapitulasi Penilaian**

N0	Nama peserta didik	Aspek-AspekPenilaian			Keterangan
		pengetahuan	Sikap	ketrampilan	
1					
2					
3					
4					
5					



Jumlah skor yang diperoleh

**Nilai Akhir (NA) = Pengetahuan + sikap + keterampilan**

Aspek Penilaian Tiga

**Keterangan :**

1. Mendapat nilai Sangat Baik, jika skor antara = 91 – 100%
2. Mendapat nilai Baik, jika skor antara = 80 – 90%
3. Mendapat nilai Cukup, jika skor antara = 70 – 79%
4. Mendapat nilai Kurang, jika skor antara = 60 – 69%
5. Mendapat nilai Kurang Sekali, jika skor antara = Kurang dari 60%

Gamping, 1 September 2016

Menyetujui:

Guru Pembimbing

Mahasiswa

Drs. Gunawan

NIP. 19590210 198703 1 009

Aris Widianoro

NIM. 13601241025

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah	: SMA N 1 GAMPING
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani,Olaharga dan Kesehatan
Kelas/semester	: XII/1 (Ganjil)
Materi Pokok	: Permainan Bola Besar (Sepak Bola)
Kurikulum	: KTSP
Alokasi Waktu	: 90 menit
Ketrampilan mengajar	: Menyeluruh

### A. Standar Kompetensi

1. Memperaktikkan berbagai keterampilan permainan olahraga dalam bentuk sederhana dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya.

### B. Kompetensi Dasar

- 1.1 Mempraktikkan keterampilan bermain salah satu permainan olahraga bola besar lanjut dengan peraturan yang dimodifikasi serta nilai kerjasama, kejujuran, toleransi, kerja keras dan percaya diri.

### C. Indikator

Aspek-aspek	Indikator
Kognitif	a. Siswa dapat mengetahui cara melakukan <i>defferent</i> dalam sepak bola
Afektif	a. Melakukan doa sebelum pembelajaran b. Menunjukkan sikap menghargai perbedaan karakteristik individual dalam mengikuti pembelajaran c. Menunjukkan sikap percaya diri dalam melakukan pembelajaran d. Menunjukkan sikap disiplin dan semangat selama melakukan pembelajaran
Psikomotorik	a. Melakukan variasi dan kombinasi <i>passing</i> dan gerakan <i>man to man marking</i> dalam sepak bola

### D. Tujuan

Siswa mampu melakukan *formasi different/bertahan* dan melakukan *passing* sebanyak 10 kali

### E. Materi Pembelajaran

#### Konsep

1. Pengertian permainan sepak bola

Sepak bola adalah permainan bola yang dimainkan 2 tim dengan masing-masing pemain beranggotakan 11 orang. Permainan sepak bola

bertujuan untuk mncetak goal sebanyak-banyaknya dengan menggunakan bola kulit yang berukuran 27-28 inci.

F. Metode Pembelajaran









- 1. Komando
- 2. Demonstrasi
- 3. Latihan
- 4. Permainan

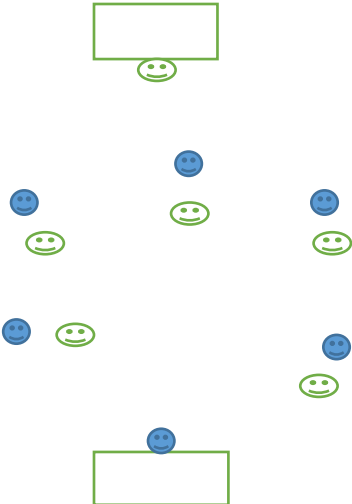
G. Media, Sarpras dan Sumber Belajar

- 1. Media
  - a. Guru memberikan contoh
- 2. Sarpras
  - a. Bola sepak bola
  - b. Cone
  - c. Peluit
  - d. Lapangan sepak bola
  - e. Jam tangan/ *stopwatch*
- 3. Sumber
  - a. KEMENDIKBUD. 2014. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan kelas X*. Jakarta: pusat kurikulum dan balitbang, kemendikbud.

H. Langkah-langkah pembelajaran

KEGIATAN	DISKRIPSI	WAKTU
Pendahuluan	<div>1. Membariskan siswa menjadi 3 bershaf,lalu di lakukan salam dan berdoa agar diberi kelancaran aktivitas olahraga dan mendapatkan ilmu yang bermanfaat, serta dilanjutkan dengan presensi dan menanyakan kondisi siswa.</div> <div>2. Memberikan motivasi pada siswa</div> <div>3. Apersepsi</div> <div>Apersepsi adalah mengaitkan sesuatu yang telah didapat siswa dengan materi yang akan di pelajari, apersepsi bisa dilakukan dengan guru menanyakan kepada siswa.</div> <div>a. Apa yang anak-anak ketahui tentang permainan dalam pembelajaran bola besar?</div> <div>b. Pernakah anak-anak melakukan permainan sepak bola?</div>	15 Menit

	<p>c. Apa yang anak-anak ketahui tentang permainan sepak bola?</p> <p>d. Kemudian guru memperlihatkan alat-alat yang digunakan dalam permainan sepak bola.</p> <p>4. Siswa melakukan pemanasan. Pemanasan dilakukan bentuk statis dan bentuk permainan.</p> <p>Nama permainan: kucing gerak</p> <p>Cara bermain untuk permaina ini :</p> <p>a. Tunjuk 2 siswa menjadi kucing</p> <p>b. Siswa yang lain membetuk lingkaran, siswa yang menjadi kucing berusaha merebut bola yang di mainkan</p> <p>c. apabila siswa yang menjadi kucing dapat merebut bola maka mereka akan bergantian/<i>rolling</i></p>	
INTI	<p>1. <b>Eksplorasi</b></p> <p>a. memberikan contoh gerakan <i>passing</i> dan <i>defferent</i>/bertahan</p> <p>b. siswa melakukan teknik <i>passing</i> dan <i>defferent</i> dengan cara bermain.</p> <p>2. <b>Elaborasi</b></p> <p>a. Melakukan teknik <i>passing</i></p> <p>Cara melakukan</p> <p>1) Letakan salah satu kaki tumpu di sebelah bola, kaki tumpu jangan terlalu jauh atau melebihi bola.</p> <p>2) Kaki untuk menendang ditarik kebelakang kemudian diayun mengenai bola, perkenaan bola harus tepat di tengah bola atau sedikit keatas.</p> <p>b. <i>Melakukan defferent</i>/ bertahan</p> <p>c. Melakukan dengan formasi</p> <div><div>  ↓  </div><div>  ↓  </div></div>	65 menit

	<div></div> <p>Cara melakukan:</p> <p>Siswa yang beradadi depan melakukan <i>passing</i> sampai ke tengah lalu melakukan <i>passing</i> dan berlari ke arah barisan belakang, siswa yang paling depan membawa bola dan berusah melewati siswa yang di depannya.</p> <p><b>3. Konfirmasi</b></p> <p>Dalam kegiatan konfirmasi guru</p> <ol style="list-style-type: none"><li>Siswa melakukan kembali gerakan <i>passing</i> dan <i>defferent</i> dalam bentuk permainan sepak bola kesalahan pahaman dan memberi penguatan.</li><li>Guru bersama peserta didik bertanya jawab untuk membenarkan</li></ol>	
<b>Penutup</b>	<ol style="list-style-type: none"><li>Melakukan pendinginan berupa permainan Cara bermain:<ol style="list-style-type: none"><li>Siswa membentuk lingkaran lalu salah satu siswa memgang bola dan memberikan ke pada temanya</li><li>Apabila siswa sudah melempar bola maka pelempar berhak memberikan pertanyaan tentang olahraga</li><li>Penerima bola berhak untuk menjawab apabila salah menjawab akan di beri hukuman memberikan gerakan pemanasan.</li></ol></li><li>Evaluasi Mengevaluasi materi pembelajaran dengan memberi pertanyaan kepada peserta didik yang berkaitan dengan pembelajara.</li></ol>	<b>10 menit</b>

	3. Menutup pembelajaran dengan berdoa dan memberi salam	
--	---	--

**I. Penilaian**

Teknik Penilaian

- a. Tes unjuk kerja (keterampilan)
 

Melakukan *passing dan defferent* secara keseluruhan dengan benar.

Penilaian terhadap kualitas untuk kerja peserta ujian, dengan rentang nilai antara 1 sampai 3.

Nilai = jumlah skor yang diperoleh x 40%  
 Jumlah skor maksimal

- b. Pengamatan sikap
 

Selama proses pembelajaran guru mengamati sikap yang muncul pada saat anak melakukan kegiatan. Sikap yang diharapkan selama proses pembelajaran, yaitu menaati aturan dari guru, displin, semangat dalam mengikuti pembelajaran, menghargai teman dan menunjukan sikap percaya diri.

Berikan tanda cek ( v ) pada kolom yang sudah disediakan, setiap siswa menunjukan atau menampilkan perilaku yang diharapkan. Tanda cek diberikan jika memenuhi kriteria penilaian.

Nilai = jumlah skor yang diperoleh x 30%  
 Jumlah skor maksimal

- c. Tes kemampuan kognitif ( pengetahuan )
 

Menjawab pertanyaan-pertanyaan mengenai olahraga permainan sepak bola

Keterangan :

Penilaian terhadap kualitas penilaian peserta ujian, dengan rentang nilai antar 1 sampai 2

Nilai = jumlah skor yang diperoleh x 30%  
 Jumlah skor maksimal

**RUBRIK PENILAIAN**  
**UNJUK KERJA/KETERAMPILAN PERMAINAN SEPAK BOLA**

ASPEK YANG DINILAI	SKOR			JUMLAH
	1	2	3	
1. Melakukan teknik <i>passing</i> dengan benar 2. Melakukan teknik <i>different</i> dengan benar				
JUMLAH				
JUMLAH SKOR MAKSIMAL: 6				

Kriteria Penilaian Keterampilan (unjuk kerja)

Kriteria skor

- a. Melakukan teknik *passing* dengan benar
  - 1. Skor 3 jika siswa dapat melakukan teknik *passing* dengan perkenaan bola tepat mengarah ke sasaran dan bola stabil mendarat.
  - 2. Skor 2 jika siswa dapat melakukan teknik *passing* dengan mengarahtepat ke sasaran akan tetapi laju bola tidak stabil tinggi ke atas.
  - 3. Skor 1 jika siswa melakukan teknik *passing* tidak mengarah ke sasaran
- b. Melakukan teknik *defferent*/bertahan dengan benar
  - 1. Skor 3 jika siswa dapat melakukan teknik *defferent*/bertahan dengan posisi yang benar tanpa di lewati pemain lawan.
  - 2. Skor 2 jika siswa dapat melakukan teknik *defferent*/bertahan dengan posisi salah tetapi tanpa di lewati pemain lawan
  - 3. Skor 1 jika siswa melakukan teknik *defferent*/bertahan dengan posisi salah dan mudah di lewati pemain lawan.

**NILAI KETERAMPILAN/UNJUK KERJA = JUMLAH SKOR X 40%**  
**SKOR MAKSIMAL**

RUBRIK PENILAIAN

PENGETAHUAN PERMAINAN SEPAK BOLA

Butir Peryataan	Kriteria pensekoran		Jumlah
	1	2	
1. Jelaskan apa yang dimaksud sepak bola?			
2. Sebutkan teknik dasar dalam permainan sepak bola?			
Jumlah			
Jumlah skor maksimal = 4			

1. Yang di maksud permainan sepak bola dalah
- Permainan sepak bola adalah permainan bola yang dimainkan 2 tim dengan masing-masing pemain beranggotakan 11 orang.
2. Teknik dasar dalam permainan bola sepak bola
- a. Teknik *passing*
- b. Teknik *control*
- c. Teknik *dribbling*
- d. Teknik *shooting*

Kriteria penilaian

1. skor 2 jika siswa mampu jelaskan dengan baik dan tepat
- skor 1 jika siswa sudah menjawab tetapi jawabanya masih kurang
2. jika siswa mampu memberikan 3 jawaban teknik dasar sepak bola
- jika siswa mampu memberikan 2 jawaban teknik dasar sepak bola

NILAI KOGNITIF/PNGETAHUAN =  $\frac{\text{JUMLAH SKOR}}{\text{SKOR MAKSIMAL}}$  X 30%

RUBRIK PENILAIAN

PERILAKU/SIKAP DALAM MATERI PERMAINAN SEPAK BOLA

N0	PERILAKU YANG DINILAI	Cek ( v )		
		Baik	Sedang	Kurang
1	Kerja sama			
2	Tanggung jawab			
3	Disiplin			
	Jumlah nilai afektif/sikap			



**BAIK = 80-100**  
**SEDANG = 60-79**  
**KURANG = 40-59**

**Rekapitulasi Penilaian**

N0	Nama peserta didik	Aspek-AspekPenilaian			Keterangan
		pengetahuan	Sikap	ketrampilan	
1					
2					
3					
4					
5					
6					

**Nilai Akhir (NA) = Pengetahuan + sikap + keterampilan**

Aspek PenilaianTiga

**Keterangan :**

1. Mendapat nilai Sangat Baik, jika skor antara = 91 – 100%
2. Mendapat nilai Baik, jika skor antara = 80 – 90%
3. Mendapat nilai Cukup, jika skor antara = 70 – 79%
4. Mendapat nilai Kurang, jika skor antara = 60 – 69%
5. Mendapat nilai Kurang Sekali, jika skor antara = Kurang dari 60%

Gamping, 29 Juli 2016

Menyetujui:

Guru Pembimbing

Mahasiswa

Drs. Gunawan

NIP. 19590210 198703 1 009

Aris Widianoro

NIM. 13601241025

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah	: SMA N 1 GAMPING
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani,Olaharga dan Kesehatan
Kelas/semester	: XII/1 (Ganjil)
Materi Pokok	: Permainan Bola Besar (Bola Basket)
Kurikulum	: KTSP
Alokasi Waktu	: 90 menit
Ketrampilan mengajar	: Menyeluruh

### A. Standar Kompetensi

1. Memperaktikkan berbagai keterampilan permainan olahraga dengan teknik dan nilainilai yang terkandung didalamnya

### B. Kompetensi Dasar

- 1.1 Mempraktikkan keterampilan bermain salah satu permainan olahraga bola besar lanjut dengan peraturan yang dimodifikasi serta nilai kerjasama, kejujuran, toleransi, kerja keras dan percaya diri.

### C. Indikator

Aspek-aspek	Indikator
Kognitif	a. Siswa dapat mengetahui cara melakukan <i>man to man defense</i>
Afektif	a. Melakukan doa sebelum pembelajaran b. Menunjukkan sikap menghargai perbedaan karakteristik individual dalam mengikuti pembelajaran c. Menunjukkan sikap percaya diri dalam melakukan pembelajaran d. Menunjukkan sikap disiplin dan semangat selama melakukan pembelajaran
Psikomotorik	a. Melakukan variasi dan kombinasi <i>man to man defence</i>

### D. Tujuan

Siswa mampu melakukan *man to man defence* dalam waktu 5 menit

### E. Materi Pembelajaran

#### Konsep

1. Pengertian permainan bola basket

Bola basket merupakan permainan olahraga bola besar yang dimainkan secara berkelompok yang terdiri atas 2tim beranggotakan masing-masing 5 orang yang saling bertanding mencetak poin dengan memasukkan bola ke

keranjang lawan . tujuan permainan bola basket adalah mencetak poin sebanyak-banyaknya dengan memasukan bola ke keranjang lawan dan mencegah kemasukan bola ke keranjang sendiri.

F. Metode Pembelajaran

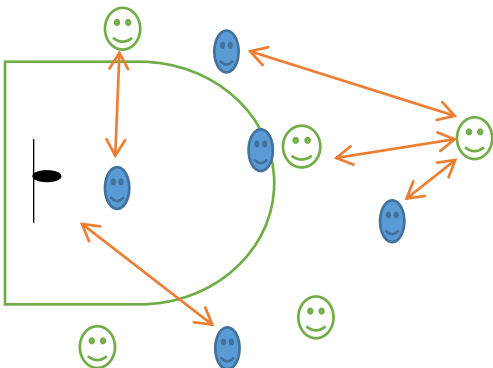
- 1. Komando
- 2. Demonstrasi
- 3. Latihan
- 4. Permainan

G. Media, Sarpras dan Sumber Belajar

- 1. Media
  - a. Guru memberikan contoh
- 2. Sarpras
  - a. Bola basket
  - b. Cone
  - c. Peluit
  - d. Lapangan basket
  - e. Jam tangan/ *stopwatch*
- 3. Sumber
  - a. KEMENDIKBUD. 2014. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan kelas X*. Jakarta: pusat kurikulum dan balitbang, kemendikbud.

H. Langkah-langkah pembelajaran

KEGIATAN	DISKRIPSI	WAKTU
Pendahuluan	<div>1. Membariskan siswa menjadi 3 bershaf, lalu di lakukan salam dan berdoa agar diberi kelancaran aktivitas olahraga dan mendapatkan ilmu yang bermanfaat, serta dilanjutkan dengan presensi dan menanyakan kondisi siswa.</div> <div>2. Memberikan motivasi pada siswa</div> <div>3. Apersepsi</div> <div>Apersepsi adalah mengaitkan sesuatu yang telah didapat siswa dengan materi yang akan di pelajari, apersepsi bisa dilakukan dengan guru menanyakan kepada siswa.</div> <div>a. Apa yang anak-anak ketahui tentang permainan dalam pembelajaran bola besar?</div> <div>b. Pernakah anak-anak melakukan permainan bola basket?</div> <div>c. Apa yang anak-anak ketahui tentang</div>	15 Menit

	<p>permainan bola basket?</p> <p>d. Kemudian guru memperlihatkan alat-alat yang digunakan dalam permainan bola basket.</p> <p>4. Siswa melakukan pemanasan. Pemanasan dilakukan bentuk statis dan bentuk permainan.</p> <p>Nama permainan: bola api</p> <p>Cara bermain untuk permaina ini :</p> <p>a. Tunjuk 2 siswa menjadi pelempar bola basket</p> <p>b. Siswa yang lain menjadi yang di lempar</p> <p>c. Untuk melempar bola basket harus di bawah lutut</p> <p>d. Siswa yang di lempar bola basket harus berada di lingkaran yang di tentukan</p> <p>e. Apabila siswa yang di lempar mengenai bola basket makan akan bergantian menjadi pelempar.</p>	
INTI	<p>1. <b>Eksplorasi</b></p> <p>a. memberikan contoh cara melakukan <i>man to man defense</i></p> <p>b. siswa melakukan teknik <i>man to man defense</i> dalam permainan bola basket</p> <p>2. <b>Elaborasi</b></p> <p>a. Cara melakukan <i>man to man defense</i></p> <p>pola pertahanan 1 pemain menjaga 1 pemain lawan atau bisa juga bertukar posisi (<i>switch</i>) ketika salah satu pemain terkena <i>screen</i>. Agar pemain lawan yang dijaga tidak bisa mendapatkan bola.</p> <p>b. Formasi <i>man to man defense</i> 1-3-1 zona defence</p> 	65 Menit

	<p><b>3. Konfirmasi</b></p> <p>Dalam kegiatan konfirmasi guru</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Siswa melakukan kembali permainan bolaa basket dengan fokus <i>man to man defense</i></li> <li>Guru bersama peserta didik bertanya jawab untuk membenarkan kesalahan pahaman dan memberi penguatan.</li> </ol>	
<b>Penutup</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Melakukan pendinginan berupa permainan Cara bermain: <ol style="list-style-type: none"> <li>Siswa membentuk lingkaran lalu salah satu siswa dan bergandengan tangan.</li> <li>Salahsatu siswa memegang simpay lalu disalurkan keteman sampingnya tanpa melepas pegangan tangan.</li> </ol> </li> <li>Evaluasi Mengevaluasi materi pembelajaran dengan memberi pertanyaan kepada peserta didik yang berkaitan dengan pembelajara.</li> <li>Menutup pembelajaran dengan berdoa dan memberi salam</li> </ol>	<b>10 Menit</b>

I. Penilaian

Teknik Penilaian

- a. Tes unjuk kerja (keterampilan)

Melakukan *man to man defense* secara keseluruhan dengan benar.

Penilaian terhadap kualitas untuk kerja peserta ujian, dengan rentang nilai antara 1 sampai 3.

Nilai = jumlah skor yang diperoleh x 40%

Jumlah skor maksimal

- b. Pengamatan sikap

Selama proses pembelajaran guru mengamati sikap yang muncul pada saat anak melakukan kegiatan. Sikap yang diharapkan selama proses pembelajaran, yaitu menaati aturan dari guru, disiplin, semangat dalam mengikuti pembelajaran, menghargai teman dan menunjukkan sikap percaya diri.

Berikan tanda cek ( v ) pada kolom yang sudah disediakan, setiap siswa menunjukkan atau menampilkan perilaku yang diharapkan. Tanda cek diberikan jika memenuhi kriteria penilaian.

Nilai = jumlah skor yang diperoleh x 30%

Jumlah skor maksimal

- c. Tes kemampuan kognitif ( pengetahuan )
- Menjawab pertanyaan-pertanyaan mengenai olahraga permainan bola basket
- Keterangan :
- Penilaian terhadap kualitas penilaian peserta ujian, dengan rentang nilai antar 1 sampai 2
- Nilai =  $\frac{\text{jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 30\%$

**RUBRIK PENILAIAN**

**UNJUK KERJA/KETERAMPILAN PERMAINAN BOLA BASKET**

ASPEK YANG DINILAI	SKOR			JUMLAH
	1	2	3	
1. Melakukan teknik <i>man to man defense</i> dengan benar.				
<b>JUMLAH</b>				
<b>JUMLAH SKOR MAKSIMAL: 3</b>				

- Kriteria Penilaian Keterampilan (unjuk kerja)
- Kriteria skor
- a. Melakukan teknik *man to man defense* dengan benar
- Skor 3 jika siswa dapat melakukan teknnik *man to man defense* dengan benar dengan cara merebut bola dari serangan lawan.
  - Skor 2 jika siswa dapat melakukan *man to man defense* dengan posisi benar tetapi tidak bia merebut bol dari lawan.
  - Skor 1 jika siswa dapat melakukan *man to man defence* tetapi posisi masih salah.
- NILAI KETERAMPILAN/UNJUK KERJA =  $\frac{\text{JUMLAH SKOR}}{\text{SKOR MAKSIMAL}} \times 40\%$**

RUBRIK PENILAIAN

PENGETAHUAN PERMAINAN BOLA BASKET

Butir Peryataan	Kriteria pensekoran		Jumlah
	1	2	
1. Jelaskan apa yang dimaksud bola basket?			
2. Jelaskan yang di maksud <i>man to man defense</i> ?			
Jumlah			
Jumlah skor maksimal = 4			

1. Yang di maksud permainan bola basket adalah
- Permainan bola basket adalah merupakan olahraga bola besar yang di mainkan secara berkelompok yang terdiri atas dua tim beranggotkan masing-masing 5 orang yang saling bertanding mencetak poin dengan memasukan bola ke keranjang/ ring lawan.
2. *Man to man defense* adalah
- pola pertahanan 1 pemain menjaga 1 pemain lawan atau bisa juga bertukar posisi (*switch*) ketika salah satu pemain terkena *screen*. Agar pemain lawan yang dijaga tidak bisa mendapatkan bola.

Kriteria penilaian

1. skor 2 jika siswa mampu jelaskan dengan baik dan tepat
- skor 1 jika siswa sudah menjawab tetapi jawabanya masih kurang
2. jika siswa mampu memberikan 3 teknik *passing* bola basket
- jika siswa mampu memberikan 2 jawaban teknik *passing* bola basket

NILAI KOGNITIF/PNGETAHUAN =

JUMLAH SKOR

X 30%

SKOR MAKSIMAL

RUBRIK PENILAIAN

PERILAKU/SIKAP DALAM MATERI PERMAINAN BOLA BASKET

N0	PERILAKU YANG DINILAI	Cek ( v )		
		Baik	Sedang	Kurang
1	Kerja sama			
2	Tanggung jawab			
3	Disiplin			
	Jumlah nilai afektif/sikap			

- BAIK** = **80-100**
- SEDANG** = **60-79**
- KURANG** = **40-59**

**Rekapitulasi Penilaian**

N0	Nama peserta didik	Aspek-AspekPenilaian			Keterangan
		pengetahuan	Sikap	ketrampilan	
1					
2					
3					
4					

Jumlah skor yang diperoleh

**Nilai Akhir (NA) = Pengetahuan + sikap + keterampilan**

Aspek PenilaianTiga

**Keterangan :**

1. Mendapat nilai Sangat Baik, jika skor antara = 91 – 100%
2. Mendapat nilai Baik, jika skor antara = 80 – 90%
3. Mendapat nilai Cukup, jika skor antara = 70 – 79%
4. Mendapat nilai Kurang, jika skor antara = 60 – 69%
5. Mendapat nilai Kurang Sekali, jika skor antara = Kurang dari 60%

Gamping, 5 Agustus 2016

Menyetujui

Guru Pembimbing

Mahasiswa

Drs. Gunawan

NIP. 19590210 198703 1 009

Aris Widianoro

NIM. 13601241025



RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah : SMA N 1 GAMPING

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani,Olaharga dan Kesehatan

Kelas/semester : XII/1 (Ganjil)

Materi Pokok : Permainan Bola Besar (Bola Voli)

Kurikulum : KTSP

Alokasi Waktu : 90 menit

Ketrampilan mengajar : Menyeluruh

A. Standar Kompetensi

- 1. Memperaktikkan berbagai keterampilan permainan olahraga dalam bentuk sederhana dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya.

B. Kompetensi Dasar

Mempraktikkan keterampilan bermain bola voli dengan menggunakan alat dan peraturan yang dimodifikasi serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri.

C. Indikator

Aspek-aspek	Indikator
Kognitif	a. Siswa dapat mengetahui teknik pertahanan dalam bola voli
Afektif	a. Melakukan doa sebelum pembelajaran b. Menunjukan sikap menghargai perbedaan karakteristik individual dalam mengikuti pembelajaran c. Menunjukan sikap percaya diri dalam melakukan pembelajaran d. Menunjukan sikap disiplin dan semangat selama melakukan pembelajaran
Psikomotorik	a. Melakukan teknik Blocking (Membendung Bola) bentuk pertahanan dalam permainan bola voli.

D. Tujuan

Siswa mampu melakukan *Blocking* (Membendung bola) sebagai bentuk pertahanan dalam permainan bola voli.

E. Materi Pembelajaran

Konsep

- 1. Pengertian *Blocking* (Membendung bola)  
*Blocking* atau membendung bola merupakan suatu keterampilan bertahan yang digunakan untuk menghentikan atau memperlambat

serangan lawan di daerah jaring. Tujuan melakukan *blocking* (membendung bola) adalah untuk membendung suatu serangan sehingga bola kembali ke dalam lapanga lawan atau untuk menangkis/membelokkan bola agar melambung tinggi ke udara pada sisi lpangan pemain *blocking* sehingga bola dapat dimainkan teman satu timnya.

**F. Metode Pembelajaran**

- 1. Komando
- 2. Demonstrasi
- 3. Latihan
- 4. Permainan













**G. Media, Sarpras dan Sumber Belajar**

- 1. Media
  - a. Guru memberikan contoh
- 2. Sarpras
  - a. Bola voli
  - b. Cone
  - c. Peluit
  - d. Lapangan bola voli
  - e. Jam tangan/ *stopwatch*
- 3. Sumber
  - a. KEMEPORA. 2008. *Melatih Bola Voli Remaja*. Klaten: PT. Intan Sejati.

**H. Langkah-langkah pembelajaran**

KEGIATAN	DISKRIPSI	WAKTU
Pendahuluan	<div>1. Membariskan siswa menjadi 3 bershaf,lalu di lakukan salam dan berdoa agar diberi kelancaran aktivitas olahraga dan mendapatkan ilmu yang bermanfaat, serta dilanjutkan dengan presensi dan menanyakan kondisi siswa.</div> <div>2. Memberikan motivasi pada siswa</div> <div>3. Apersepsi</div> <div>Apersepsi adalah mengaitkan sesuatu yang telah didapat siswa dengan materi yang akan di pelajari, apersepsi bisa dilakukan dengan guru menanyakan kepada siswa.</div> <div>a. Apa yang anak-anak ketahui tentang permainan bola besar?</div> <div>b. Pernakah anak-anak melakukan</div>	15 Menit

	<p>permainan bola voli?</p> <p>c. Apa yang anak-anak ketahui tentang permainan permainan bola voli?</p> <p>d. Apa yang anak-anak ketahui bentuk pertahanan dalam bola voli?</p> <p>e. Apa yang anak-anak ketahui dari teknik <i>blocking</i>?</p> <p>4. Siswa melakukan pemanasan. Pemanasan dilakukan bentuk statis dan bentuk permainan passing.</p> <p>Nama permainan: passing oper</p> <p>Cara bermain untuk pemain ini :</p> <p>a. Siswa membentuk lingkaran besar. Selanjutnya guru memberikan 1 bola voli.</p> <p>b. Siswa melakukan passing bawah dan <i>passing</i> atas dioper kepada siswa yang lainnya. Siswa yang diberi umpan bola, melakukan <i>passing</i> menuju teman yang lainnya, begitupun seterusnya.</p> <p>c. Apabila siswa tidak dapat menerima umpan bola dari passing temannya, akan keluar dari lingkaran dan diberi hukuman berupa passing sendiri sebanyak 10 kali.</p>	
INTI	<p>1. <b>Eksplorasi</b></p> <p>a. Memberikan contoh gerakan pertahanan berupa <i>Blocking</i> (Membendung Bola)</p> <p>b. Siswa melakukan teknik <i>blocking</i> (Membendung Bola) dengan cara bermain.</p> <p>2. <b>Elaborasi</b></p> <p>a. Melakukan teknik <i>Blocking</i></p> <p>Cara melakukan</p> <p>1) Seorang pemain harus memperkirakan posisi siap sambil melihat passing lawan ke pengumpan.</p> <p>2) Dalam posisi siap untuk melakukan blocking, pemain blocking berdiri menghadap jaring dengan kaki mengangkang kira-kira selebar bahu:</p>	65 Menit

	<p>lutut agak ditekuk, dan berat badan berada dibola kaki.</p> <p>3) Menggunakan pola kaki “<i>step-hop-step</i>” atau melangkah sambil melompat untuk segera mendapatkan posisi yang bersebrangan dengan tempat sasaran penyerang akan menyerangkan bola.</p> <p>4) Sambil mempertahankan posisi siap, pemain <i>blocking</i> melangkah dengan kaki yang paling dekat dengan arah kemana dia akan bergerak atau langkah ke kiri dnegan kaki kiri.</p> <p>5) Dari posisi membungkuk dan siap di depan penyerang, lawan ini pemain <i>blocking</i> sekrang siapuntuk membuat ledakan untuk membendung serangan.</p> <p>6) Pemain <i>blocking</i> harus tetap dalam posisi membungkuk, menunggu, melompat, setelah penyerang melompat dan mulai mengayunkan tangan.</p> <p>7) Ketika pemain melompat, untuk membendung serangan, harus meluruskan lututnya untuk melepaskan diri dari posisi siap, menjaga tubuh agar tetap sejajar dnegan jari dan menghadap lapangan lawan.</p> <p>b. Melakukan <i>defferent</i>/ bertahan</p> <p>c. Melakukan dengan formasi</p> <div><div><div></div><div></div><div><hr/></div><div></div></div></div> <p>Cara melakukan:</p> <p>Salah satu siswa menjadi <i>blocking</i> dan satu siswa yang di depan menjadi pelempar,</p>	
--	--	--

	<p>dilakukan secara bergantian.</p> <p><b>3. Konfirmasi</b></p> <p>Dalam kegiatan konfirmasi guru</p> <p>a. Siswa melakukan kembali gerakan <i>blocking</i> dalam permainan bola voli</p> <p>b. Guru bersama peserta didik bertanya jawab untuk membenarkan kesalahan pahaman dan memberi penguatan.</p>	
<b>Penutup</b>	<p>1. Melakukan pendinginan berupa permainan</p> <p>Cara bermain:</p> <p>Siswa membentuk lingkaran lalu salah satu siswa memegang bola dan memberikan bola ke teman yang berada di samping dan melewati dari atas kepala, samping kanan, samping kiri dan bawah</p> <p>2. Evaluasi</p> <p>Mengevaluasi materi pembelajaran dengan memberi pertanyaan kepada peserta didik yang berkaitan dengan pembelajara.</p> <p>3. Menutup pembelajaran dengan berdoa dan memberi salam</p>	<b>10 Menit</b>

I. Penilaian

Teknik Penilaian

- a. Tes unjuk kerja (keterampilan)
 

Melakukan *blocking* secara keseluruhan dengan benar.

Penilaian terhadap kualitas untuk kerja peserta ujian, dengan rentang nilai antara 1 sampai 3.

Nilai = jumlah skor yang diperoleh x 40%

**Jumlah skor maksimal**
- b. Pengamatan sikap
 

Selama proses pembelajaran guru mengamati sikap yang muncul pada saat anak melakukan kegiatan. Sikap yang diharapkan selama proses pembelajaran, yaitu menaati aturan dari guru, disiplin, semangat dalam mengikuti pembelajaran, menghargai teman dan menunjukkan sikap percaya diri.

Berikan tanda cek ( v ) pada kolom yang sudah disediakan, setiap siswa menunjukkan atau menampilkan perilaku yang diharapkan. Tanda cek diberikan jika memenuhi kriteria penilaian.

$$\text{Nilai} = \frac{\text{jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 30\%$$

- c. Tes kemampuan kognitif ( pengetahuan )
- Menjawab pertanyaan-pertanyaan mengenai olahraga permainan bola voli
- Keterangan :
- Penilaian terhadap kualitas penilaian peserta ujian, dengan rentang nilai antar 1 sampai 2
- $$\text{Nilai} = \frac{\text{jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 30\%$$

RUBRIK PENILAIAN

UNJUK KERJA/KETERAMPILAN PERMAINAN BOLA VOLI

ASPEK YANG DINILAI	SKOR			JUMLAH
	1	2	3	
1. Melakukan teknik <i>blocking</i> dengan benar				
JUMLAH				
JUMLAH SKOR MAKSIMAL: 3				

Kriteria Penilaian Keterampilan (unjuk kerja)

Kriteria skor

- a. Melakukan teknik *blocking* dengan benar
1. Skor 3 jika siswa dalam melakuka blocking dapat mengembalikan bola ke area lawan.

2. Skor 2 jika siswa dapat melakukan *blocking* tetapi arah bola kurang tepat.

3. Skor 1 jika siswa melakukan *blocking* tetapi tidak tepat.

$$\text{NILAI KETERAMPILAN/UNJUK KERJA} = \frac{\text{JUMLAH SKOR}}{\text{SKOR MAKSIMAL}} \times 40\%$$

**RUBRIK PENILAIAN**  
**PENGETAHUAN PERMAINAN BOLA VOLI**

Butir Peryataan	Kriteria pensekoran		Jumlah
	1	2	
1. Jelaskan apa yang dimaksud permainan bola voli?			
2. Apa yang dimaksud dengan <i>blocking</i> ?			
3. Cara melakukan lompatan <i>blocking</i> dengan baik?			
Jumlah			
Jumlah skor maksimal = 4			

1. Yang di maksud permainan bola voli adalah  
Permainan bola voli adalah permainan yang dimainkan oleh 2 grup setiap grup terdiri dari 6 orang pemain.
2. Yang dimaksud dengan *blocking* suatu keterampilan bertahan yang digunakan untuk menghentikan atau memperlambat serangan lawan di daerah jaring.  
Tujuan melakukan *blocking* (membendung bola) adalah untuk membendung suatu serangan sehingga bola kembali ke dalam lapanga lawan atau untuk menangkis/membelokkan bola agar melambung tinggi ke udara pada sisi lpangan pemain *blocking* sehingga bola dapat dimainkan teman satu timnya.

**Kriteria penilaian**

1. skor 2 jika siswa mampu jelaskan dengan baik dan tepat  
skor 1 jika siswa sudah menjawab tetapi jawabanya masih kurang
2. jika siswa mampu memberikan 3 jawaban teknik *blocking*  
jika siswa mampu memberikan 2 jawaban teknik *blocking*

**NILAI KOGNITIF/PNGETAHUAN = JUMLAH SKOR X 30%**

**SKOR MAKSIMAL**

**RUBRIK PENILAIAN**  
**PERILAKU/SIKAP DALAM MATERI PERMAINAN BOLA VOLI**

N0	PERILAKU YANG DINILAI	Cek ( v )		
		Baik	Sedang	Kurang
1	Kerja sama			
2	Tanggung jawab			
3	Disiplin			
	Jumlah nilai afektif/sikap			

**BAIK = 80-100**

**SEDANG = 60-79**

**KURANG = 40-59**

**Rekapitulasi Penilaian**

N0	Nama peserta didik	Aspek-AspekPenilaian			Keterangan
		pengetahuan	Sikap	ketrampilan	
1					
2					
3					
4					

**Nilai Akhir (NA) = Pengetahuan + sikap + keterampilan**

Aspek PenilaianTiga

**Keterangan :**

- Mendapat nilai Sangat Baik, jika skor antara = 91 – 100%
- Mendapat nilai Baik, jika skor antara = 80 – 90%
- Mendapat nilai Cukup, jika skor antara = 70 – 79%
- Mendapat nilai Kurang, jika skor antara = 60 – 69%
- Mendapat nilai Kurang Sekali, jika skor antara = Kurang dari 60%

Gamping, 10 Agustus 2016

Menyetujui:

Guru Pembimbing

Mahasiswa

Drs. Gunawan  
NIP. 19590210 198703 1 009

Aris Widianoro  
NIM. 13601241025



RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah : SMA N 1 GAMPING

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani,Olahraga dan Kesehatan

Kelas/semester : XII/1 (Ganjil)

Materi Pokok : Senam Lantai

Kurikulum : KTSP

Alokasi Waktu : 90 menit

Ketrampilan mengajar : Menyeluruh

A. Standar Kompetensi

- 1. Memperaktikkan berbagai keterampilan permainan olahraga dalam bentuk sederhana dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya.

B. Kompetensi Dasar

- 3.1 Mempraktikan ketrampilan gerakan kombinasi rangkaian senam lantai serta nilai percaya diri, kerjasama, tanggung jawab dan menghargai teman.

C. Indikator

Aspek-aspek	Indikator
Kognitif	a. Siswa dapat mengetahui cara melakukan gerakan senam meroda dan <i>roll</i> depan.
Afektif	a. Melakukan doa sebelum pembelajaran b. Menunjukan sikap menghargai perbedaan karakteristik individual dalam mengikuti pembelajaran c. Menunjukan sikap percaya diri dalam melakukan pembelajaran d. Menunjukan sikap disiplin dan semangat selama melakukan pembelajaran
Psikomotorik	a. Melakukan variasi dan kombinasi gerakan meroda dan <i>roll</i> depan.

D. Tujuan

Siswa mampu melakukan gerak 2 kali meroda dan 2 kali *roll* depan.

E. Materi Pembelajaran

Konsep

Pengertian meroda dan *roll* depan

Gerakan meroda adalah gerakan memutar badan dengan sikap awal menyamping arah gerakan dan tumpuan berat badan ketika berputar menggunakan kedua tangan dan kaki. Gerakan meroda merupakan lathan

dengan tumpuan tangan yang dilakukan secara bergantian dengan singkat, selain itu ada saat posisi badan yang terbalik (kepala berada di bawah).

Gerakan roll depan berguling ke depan dengan berkenaan bagian belakang badan, seperti tengkuk, punggung, pinggang, dan panggul bagian belakang.

**F. Metode Pembelajaran**

- 1. Komando
- 2. Demonstrasi
- 3. Latihan

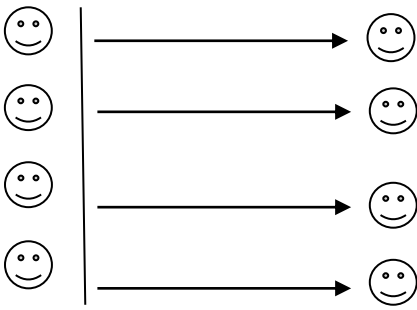
**G. Media, Sarpras dan Sumber Belajar**

- 1. Media
  - a. Guru memberikan contoh
- 2. Sarpras
  - a. Matras
  - b. Peluit
  - c. Jam tangan/ *stopwatch*
- 3. Sumber
  - a. KEMENDIKBUD. 2014. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan kelas X*. Jakarta: pusat kurikulum dan balitbang, kemendikbud.

**H. Langkah-langkah pembelajaran**

KEGIATAN	DISKRIPSI	WAKTU
Pendahuluan	<div>1. Membariskan siswa menjadi 3 bershaf,lalu di lakukan salam dan berdoa agar diberi kelancaran aktivitas olahraga dan mendapatkan ilmu yang bermanfaat, serta dilanjutkan dengan presensi dan menanyakan kondisi siswa.</div> <div>2. Memberikan motivasi pada siswa</div> <div>3. Apersepsi</div> <div>Apersepsi adalah mengaitkan sesuatu yang telah didapat siswa dengan materi yang akan di pelajari, apersepsi bisa dilakukan dengan guru menanyakan kepada siswa.</div> <div>a. Apa yang anak-anak ketahui tentang senam lantai?</div> <div>b. Pernakah anak-anak melakukan senam lantai?</div> <div>c. Apa yang dimaksud dengan meroda dan</div>	15 Menit

	<p><i>roll</i> depan?</p> <p>4. Siswa melakukan pemanasan. Pemanasan dilakukan dalam bentuk statis dan dinamis.</p>	
INTI	<p>1. <b>Eksplorasi</b></p> <p>a. memberikan contoh gerakan teknik meroda dan <i>roll</i> depan.</p> <p>b. siswa melakukan meroda dan dirangkai dengan <i>roll</i> depan.</p> <p>2. <b>Elaborasi</b></p> <p>a. Melakukan teknik meroda</p> <p>Cara melakukan</p> <p>1) Berdiri menghadap ke arah gerakan.</p> <p>2) Kedua kaki dibuka selebar bahu dan kedua lengan dilentangan serong ke atas.</p> <p>3) Gerakan diawali dengan menggunakan tangan kiri atau kanan. Bila gerakan diawali tangan kanan, letakan telapak tangan pada matras yang diikuti kaki kiri terangkat ke atas.</p> <p>4) Berdiri dengan sikap menyamping arah gerakan dengan posisi kaki membuka selebar bahu. Sikap kedua dilentangkan ke atas samping telinga.</p> <p>b. Cara melakukan roll depan</p> <p>1) Badan tegak, kemudian tangan kanan dijulurkan lurus ke arah atas.</p> <p>2) Badan dibungkukan dan kedua tangan menyentuh pada matras.</p> <p>3) Posisi jongkok, dagu ditempelkan pada dada.</p> <p>4) Pada saat posisi mengguling tengkuk dijadikan sebagai tumpuan.</p> <p>5) Saat mengguling lutut di tekuk tangan lurus ke depan kemudian dagu masih tetap menempel di bagian dada.</p> <p>6) Setelah selesai mengguling, kedua</p>	65 Menit

	<p>tangan diluruskan kedepan kemudian berdiri dengan kedua tangan diletakkan diatas.</p> <p>c. Siswa melakukan dari berdiri</p> <p>d. Melakukan dengan formasi</p> <div></div> <p><b>3. Konfirmasi</b></p> <p>Dalam kegiatan konfirmasi guru</p> <p>a. Siswa melakukan kembali gerakan meroda dan <i>roll</i> depan.</p> <p>b. Guru bersama peserta didik bertanya jawab untuk membenarkan kesalahan pahaman dan memberi penguatan.</p>	
<b>Penutup</b>	<p>1. Melakukan pendinginan dengan melakukan gerakan statis yang difokuskan pada anggota tubuh yang berperan dalam melakukan <i>roll</i> depan</p> <p>2. Evaluasi</p> <p>Mengevaluasi materi pembelajaran dengan memberi pertanyaan kepada peserta didik yang berkaitan dengan pembelajara.</p> <p>3. Menutup pembelajaran dengan berdoa dan memberi salam</p>	<b>10 Menit</b>

I. Penilaian

Teknik Penilaian

- a. Tes unjuk kerja (keterampilan)
- Melakukan meroda dan *roll* depan secara keseluruhan dengan benar.
- Penilaian terhadap kualitas untuk kerja peserta ujian, dengan rentang nilai antara 1 sampai 3.

Nilai = jumlah skor yang diperoleh x 40%

Jumlah skor maksimal

b. Pengamatan sikap

Selama proses pembelajaran guru mengamati sikap yang muncul pada saat anak melakukan kegiatan. Sikap yang diharapkan selama proses pembelajaran, yaitu menaati aturan dari guru, disiplin, semangat dalam mengikuti pembelajaran, menghargai teman dan menunjukkan sikap percaya diri.

Berikan tanda cek ( v ) pada kolom yang sudah disediakan, setiap siswa menunjukkan atau menampilkan perilaku yang diharapkan. Tanda cek diberikan jika memenuhi kriteria penilaian.

Nilai = jumlah skor yang diperoleh x 30%

Jumlah skor maksimal

c. Tes kemampuan kognitif ( pengetahuan )

Menjawab pertanyaan-pertanyaan mengenai olahraga meroda dan roll depan..

Keterangan :

Penilaian terhadap kualitas penilaian peserta ujian, dengan rentang nilai antar 1 sampai 2

Nilai = jumlah skor yang diperoleh x 30%

Jumlah skor maksimal

RUBRIK PENILAIAN

UNJUK KERJA/KETERAMPILAN MERODA DAN ROLL DEPAN

ASPEK YANG DINILAI	SKOR			JUMLAH
	1	2	3	
1. Melakukan teknik meroda dengan benar. 2. Melakukan melakuakn tahapan-tahapan roll depan dengan benar.				
JUMLAH				
JUMLAH SKOR MAKSIMAL: 6				

Kriteria Penilaian Keterampilan (unjuk kerja)

Kriteria skor

a. Melakukan teknik meroda dengan benar

- 1) Skor 3 jika siswa mampu melakukan meroda dengan posisi tangan lurus dan kaki lurus ke atas dengan arah yang setabil.

- 2) Skor 2 jika siswa mampu melakukan meroda dengan tangan lurus tetapi kaki masih menekuk
  - 3) Skor 1 jika siswa melaakukan meroda dengan arah yang tidak lurus dan kaki tangan masih menekuk.
- b. Melakukan teknik *roll* depan dengan benar.
- 1) Sekor 3 jika siswa dapat melakukan gerakan *roll* depan dengan kaki lurus dengan tumpuan menggunakan tengkuk dan saat akhiran posisi tubuh berdiri.
  - 2) Sekor 2 jika siswa mampu melakukan gerakan dengan kaki lurus, mendarat dengan tengkuk tetapi tidak dapat berdiri paada akhirnya.
  - 3) Sekor 1 jika siswa mampu melakukan gerakan *roll* depan dengan kaki lurus tetapi tumpuan saat mengguling menggunakan kepala.

NILAI KETERAMPILAN/UNJUK KERJA =

Jumlah Skor
X 40%

Skor Maksimal

RUBRIK PENILAIAN

PENGETAHUAN MERODA DAN ROLL DEPAN

Butir Peryataan	Kriteria pensekoran		Jumlah
	1	2	
1. Jelaskan apa yang dimaksud meroda dan <i>roll</i> depan?			
2. Jelaskan teknik dasar meroda dan <i>roll</i> depan?			
Jumlah			
Jumlah skor maksimal = 4			

- Yang di maksud meroda dan *roll* depan adalah
 

Gerakan meroda adalah gerakan memutar badan dengan sikap awal menyamping arah gerakan dan tumpuan berat badan ketikat berputar menggunakan kedua tangan dan kaki. Gerakan meroda merupakan lathan dengan tumpuan tangan yang dilakukan secara bergantian dengan singkat, selain itu ada saat posisi badan yang terbalik (kepala berada di bawah).

Gerakan *roll* depan berguling ke depan dengan berkenaan bagian belakang badan, seperti tengkuk, punggung, pinggang, dan panggul bagian belakang.
- Cara melakukan teknik meroda dan *roll* depan.
 

Teknik meroda, Berdiri menghadap kearah gerakan. Kedua kaki dibuka selebar bahu dan kedua lengan direntangkan serong atas. Gerakan diawali dengan menggunakan tangan kiri atau kanan. Jika menggunakan tangan kanan, letakkan

tangan kanan pada matras diikuti kaki kiri terangkat lurus keatas. Selanjutnya tangan kiri diletakkan pada matras, kaki kanan terangkat lurus keatas hingga badan berdiri dengan tangan. Badan tegak, kemudian tangan kanan dijulurkan lurus ke arah atas. Untuk teknik roll depan yaitu, badan dibungkukan dan kedua tangan menyentuh pada matras. Posisi jongkok, dagu ditempelkan pada dada. Pada saat posisi mengguling tengkuk dijadikan sebagai tumpuan. Saat mengguling lutut di tekuk tangan lurus ke depan kemudian dagu masih tetap menempel di bagian dada. Setelah selesai mengguling, kedua tangan diluruskan kedepan kemudian berdiri dengan kedua tangan diletakkan diatas.

**Kriteria penilaian**

- 1. skor 2 jika siswa mampu jelaskan dengan baik dan tepat  
    skor 1 jika siswa sudah menjawab tetapi jawabanya masih kurang
- 2. jika siswa mampu memberikan 3 jawaban cara melakukan teknik meroda *dan roll* depan.
- 3. jika siswa mampu memberikan 2 jawaban cara melakukan teknik meroda *dan roll* depan.

**NILAI KOGNITIF/PNGETAHUAN = JUMLAH SKOR X 30%**

**SKOR MAKSIMAL**

**RUBRIK PENILAIAN**

**PERILAKU/SIKAP DALAM MATERI MERODA DAN ROLL DEPAN**

N0	PERILAKU YANG DINILAI	Cek ( v )		
		Baik	Sedang	Kurang
1	Kerja sama			
2	Tanggung jawab			
3	Disiplin			
	Jumlah nilai afektif/sikap			

- BAIK           = 80-100**  
**SEDANG       = 60-79**  
**KURANG       = 40-59**

Rekapitulasi Penilaian

N0	Nama peserta didik	Aspek-AspekPenilaian			Keterangan
		pengetahuan	Sikap	ketrampilan	
1					
2					
3					
4					
5					
6					

Nilai Akhir (NA) = Pengetahuan + sikap + keterampilan

Aspek PenilaianTiga

Keterangan :

- 1. Mendapat nilai Sangat Baik, jika skor antara = 91 – 100%
- 2. Mendapat nilai Baik, jika skor antara = 80 – 90%
- 3. Mendapat nilai Cukup, jika skor antara = 70 – 79%
- 4. Mendapat nilai Kurang, jika skor antara = 60 – 69%
- 5. Mendapat nilai Kurang Sekali, jika skor antara = Kurang dari 60%

Gamping, 12 Agustus 2016

Menyetujui:

Guru Pembimbing

Mahasiswa

Drs. Gunawan  
NIP. 19590210 198703 1 009

Aris Widianoro  
NIM. 13601241025



## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah	: SMA N 1 GAMPING
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani,Olaharaga dan Kesehatan
Kelas/semester	: XII/1 (Ganjil)
Materi Pokok	: Atletik (Lari Estafet)
Kurikulum	: KTSP
Alokasi Waktu	: 90 menit
Ketrampilan mengajar	: Menyeluruh

### A. Standar Kompetensi

1. Memperaktikkan berbagai keterampilan permainan olahraga dalam bentuk sederhana dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya.

### B. Kompetensi Dasar

- 1.3 Mempraktikan teknik atletik dengan menggunakan perturan yang sesungguhnya serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, percaya diri.

### C. Indikator

Aspek-aspek	Indikator
Kognitif	a. Siswa dapat mengetahui cara melakukan gerakan Lari <i>Estafet</i>
Afektif	a. Melakukan doa sebelum pembelajaran b. Menunjukan sikap menghargai perbedaan karakteristik individual dalam mengikuti pembelajaran c. Menunjukan sikap percaya diri dalam melakukan pembelajaran d. Menunjukan sikap disiplin dan semangat selama melakukan pembelajaran
Psikomotorik	a. Melakukan variasi dan kombinasi Lari <i>Estafet</i> dalam atletik

### D. Tujuan

Siswa mampu melakukan gerak Lari *Estafet* dengan teknik mengoperkan tongkat upsweep dengan jarak 400 meter.

### E. Materi Pembelajaran

#### Konsep

Pengertian lari *Estafet*

Lari estafet disebut juga lari sambung. Ada juga yang menamakan lari beranting. Lari *Estafet* termasuk salah satu nomor dalam perlombaan lari. Lari

*Estafet* yang dilakukan adalah 400 meter. Maksudnya, yaitu setiap regu terdiri atas 4 orang. Setiap orang dalam satu regu lari menempuh jarak 100 meter.

Teknik *Upsweep* adalah pemberi mengoperkan tongkat dengan gerakan mendorong tongkat keatas dan mendorong tongkat sejauh mungkin ke tangan penerima. Penerima memegang tongkat diantara huruf “V” yang terbentuk oleh jari dan ibu jari tangan yang menerima.

**F. Metode Pembelajaran**

- 1. Komando
- 2. Demonstrasi
- 3. Latihan

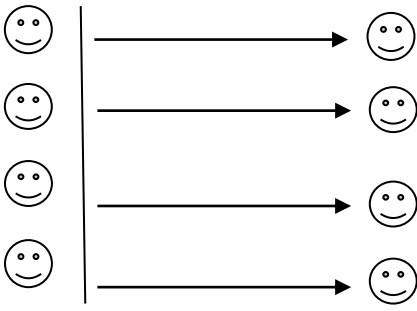
**G. Media, Sarpras dan Sumber Belajar**

- 1. Media
  - a. Guru memberikan contoh
- 2. Sarpras
  - a. Tongkat
  - b. Cone
  - c. Peluit
  - d. Lapangan sepak bola
  - e. Jam tangan/ *stopwatch*
- 3. Sumber
  - a. KEMENDIKBUD. 2014. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan kelas X*. Jakarta: pusat kurikulum dan balitbang, kemendikbud.

**H. Langkah-langkah pembelajaran**

KEGIATAN	DISKRIPSI	WAKTU
Pendahuluan	<div>1. Membariskan siswa menjadi 3 bershaf,lalu di lakukan salam dan berdoa agar diberi kelancaran aktivitas olahraga dan mendapatkan ilmu yang bermanfaat, serta dilanjutkan dengan presensi dan menanyakan kondisi siswa.</div> <div>2. Memberikan motivasi pada siswa</div> <div>3. Apersepsi</div> <div>Apersepsi adalah mengaitkan sesuatu yang telah didapat siswa dengan materi yang akan di pelajari, apersepsi bisa dilakukan dengan guru menanyakan kepada siswa.</div> <div>a. Apa yang anak-anak ketahui tentang olahraga atletik?</div>	15 Menit

	<p>b. Pernakah anak-anak melakukan olahraga atletik?</p> <p>c. Nomor apa saja yang diikuti sertakan dalam pertandingan?</p> <p>4. Siswa melakukan pemanasan. Pemanasan dilakukan dalam bentuk statis, dinamis dan bentuk permainan.</p> <p>Nama permainan: menjala ikan</p> <p>Cara bermain untuk permainan ini :</p> <p>a. 4 siswa berperan sebagai jala dan siswa yang lain menjadi ikan</p> <p>b. Tugas jala yaitu menangkap ikan yang terdapat di area yang sudah ditentukan.</p> <p>c. Jika ikan tertangkap jala ikan harus ikut bertugas menjadi jala.</p>	
<b>INTI</b>	<p>1. <b>Eksplorasi</b></p> <p>a. memberikan contoh gerakan teknik mengoperkan tongkat dengan gerakan <i>Upsweep</i></p> <p>b. siswa melakukan teknik <i>Upsweep</i> dengan cara berlari dari start.</p> <p>2. <b>Elaborasi</b></p> <p>a. Melakukan teknik <i>Upsweep</i></p> <p>Cara melakukan</p> <p>1) Pemberi membawa tongkat pada tangan kiri, mengoperkannya dengan gerakan operan luar.</p> <p>2) Penerima menerima tongkat pada huruf “V” yang dibentuk oleh jari dan ibu jari tangan kanan.</p> <p>3) Ketika mengoperkan tongkat, pemberi berlari kesisi luar jalur, sedangkan penerima menunggu di sisi dalam jalur melihat kebelakang melalui bahu kanan, menjaga kaki kiri tetap di depan, dan menggunakan start berdiri atau modifikasi start membungkuk.</p> <p>4) Penerima menerima tongkat dengan tangan kanan dan segera memindahkannya kekiri, berlari dari</p>	<b>65 Menit</b>

	<p>sisi dalam jalur kesisi luar untuk melakukan operan berikutnya.</p> <p>b. Siswa melakukan dari posisi start</p> <p>c. Melakukan dengan formasi</p> <div></div> <p>Cara melakukan:</p> <p>Siswa yang berdiri diposisi start membawa tongkat dan siap berlari memberikan tongkat keteman yang berada di depan dengan teknik <i>upsweep</i>.</p> <p><b>d. Konfirmasi</b></p> <p>Dalam kegiatan konfirmasi guru</p> <p>a. Siswa melakukan kembali gerakan <i>Upsweep</i> dalam bentuk latihan.</p> <p>b. Guru bersama peserta didik bertanya jawab untuk membenarkan kesalahan pahaman dan memberi penguatan.</p>	
<p><b>Penutup</b></p>	<p>1. Melakukan pendinginan berupa permainan</p> <p>Cara bermain:</p> <p>a. Siswa membentuk lingkaran lalu salah satu siswa memegang tongkat dan memberikan ke pada temanya.</p> <p>b. Apabila siswa sudah memberikan tongkat maka pemberi memberikan pertanyaan tentang olahraga atletik cabang lari.</p> <p>c. Penerima tongkat berhak untuk menjawab apabila salah menjawab akan di beri hukuman memberikan gerakan pendinginan.</p> <p>2. Evaluasi</p> <p>Mengevaluasi materi pembelajaran dengan memberi pertanyaan kepada peserta didik yang berkaitan dengan pembelajara.</p> <p>3. Menutup pembelajaran dengan berdoa dan memberi salam</p>	<p><b>10 Menit</b></p>

## I. Penilaian

### Teknik Penilaian

#### a. Tes unjuk kerja (keterampilan)

Melakukan *Upsweep* secara keseluruhan dengan benar.

Penilaian terhadap kualitas untuk kerja peserta ujian, dengan rentang nilai antara 1 sampai 3.

**Nilai = jumlah skor yang diperoleh x 40%**

**Jumlah skor maksimal**

#### b. Pengamatan sikap

Selama proses pembelajaran guru mengamati sikap yang muncul pada saat anak melakukan kegiatan. Sikap yang diharapkan selama proses pembelajaran, yaitu menaati aturan dari guru, disiplin, semangat dalam mengikuti pembelajaran, menghargai teman dan menunjukkan sikap percaya diri.

Berikan tanda cek ( v ) pada kolom yang sudah disediakan, setiap siswa menunjukkan atau menampilkan perilaku yang diharapkan. Tanda cek diberikan jika memenuhi kriteria penilaian.

**Nilai = jumlah skor yang diperoleh x 30%**

**Jumlah skor maksimal**

#### c. Tes kemampuan kognitif ( pengetahuan )

Menjawab pertanyaan-pertanyaan mengenai olahraga lari *Estafet*.

Keterangan :

Penilaian terhadap kualitas penilaian peserta ujian, dengan rentang nilai antar 1 sampai 2

**Nilai = jumlah skor yang diperoleh x 30%**

**Jumlah skor maksimal**

**RUBRIK PENILAIAN**  
**UNJUK KERJA/KETERAMPILAN PERMAINAN SEPAK BOLA**

ASPEK YANG DINILAI	SKOR			JUMLAH
	1	2	3	
1. Melakukan teknik <i>Upsweep</i> dengan benar 2. Melakukan penerimaan tongkat dengan benar saat menggunakan teknik <i>Upsweep</i> .				
JUMLAH				
JUMLAH SKOR MAKSIMAL: 6				

Kriteria Penilaian Keterampilan (unjuk kerja)

Kriteria skor

- a. Melakukan teknik *Upsweep* dengan benar
  - 1. Skor 3 jika siswa dapat melakukan teknik *Upsweep* dengan mengoperkan tongkat dengan gerakan mendorong ke atas dan mendorong tongkat sejauh mungkin ketangan penerima. Ketika mengoperkan tongkat pelari berlari kesisi luar jalur.
  - 2. Skor 2 jika siswa dapat melakukan teknik *Upsweep* dengan mengoperkan tongkat dengan gerakan mendorong ke atas dan mendorong tongkat sejauh mungkin ketangan penerima.
  - 3. Skor 1 jika siswa melakukan teknik *Upsweep* dengan mengoperkan tongkat dengan gerakan mendorong ke atas dan mendorong tongkat.
- b. Melakukan teknik menerima tongkat saat melakukan *Upsweep*.
  - 1. Skor 3 jika penerima dapat memegang tongkat diantara huruf “V” yang terbentuk ole jari-jari dan ibu jari tangan yang menerima dan penerima menunggu disisi dalam jalur melihat kebelakang melalui bahu kanan.
  - 2. Skor 2 jika penerima dapat memegang tongkat diantara huruf “V” yang terbentuk ole jari-jari dan ibu jari tangan yang menerima dan penerima menunggu disisi dalam jalur.
  - 3. Skor 1 jika penerima dapat memegang tongkat diantara huruf “V” .

**NILAI KETERAMPILAN/UNJUK KERJA = JUMLAH SKOR X 40%**  
**SKOR MAKSIMAL**

RUBRIK PENILAIAN

PENGETAHUAN LARI *ESTAFET*

Butir Peryataan	Kriteria pensekoran		Jumlah
	1	2	
1. Jelaskan apa yang dimaksud lari <i>Estafet</i> ?			
2. Jelaskan teknik dasar <i>Upsweep</i> ?			
<b>Jumlah</b>			
<b>Jumlah skor maksimal = 4</b>			

1. Yang di maksud lari *Estafet* adalah

Lari estafet disebut juga lari sambung. Ada juga yang menamakan lari beranting.

Lari *Estafet* termasuk salah satu nomor dalam perlombaan lari. Lari *Estafet* yang dilakukanadalah 400 meter. .
2. Cara melakukan teknik *Upsweep*

Teknik *Upsweep* pemberi mengoperkan tongkat dengan gerakan mendorong tongat keatas dan mendorong tongkat sejauh mungkin ke tangan penerima.

Penerima memegang tongkat diantara huruf “V” yang terbentuk oleh jari dan ibu jari tangan yang menerima.

Kriteria penilaian

1. skor 2 jika siswa mampu jelaskan dengan baik dan tepat

skor 1 jika siswa sudah menjawab tetapi jawabanya masih kurang
2. jika siswa mampu memberikan 3 jawaban cara melakukan teknik *Upsweep*

jika siswa mampu memberikan 2 jawaban cara melakukan teknik *Upsweep*

NILAI KOGNITIF/PNGETAHUAN =
$$\frac{\text{JUMLAH SKOR}}{\text{SKOR MAKSIMAL}} \times 30\%$$

RUBRIK PENILAIAN

PERILAKU/SIKAP DALAM MATERI LARI ESTAFET

N0	PERILAKU YANG DINILAI	Cek ( v )		
		Baik	Sedang	Kurang
1	Kerja sama			
2	Tanggung jawab			
3	Disiplin			
	<b>Jumlah nilai afektif/sikap</b>			

- BAIK

= 80-100
- SEDANG

= 60-79
- KURANG

= 40-59

Rekapitulasi Penilaian

N0	Nama peserta didik	Aspek-AspekPenilaian			Keterangan
		pengetahuan	Sikap	ketrampilan	
1					
2					
3					
4					
5					
6					

Nilai Akhir (NA) = Pengetahuan + sikap + keterampilan

Aspek PenilaianTiga

Keterangan :

1.

Mendapat nilai Sangat Baik, jika skor antara

= 91 – 100%
2.

Mendapat nilai Baik, jika skor antara

= 80 – 90%
3.

Mendapat nilai Cukup, jika skor antara

= 70 – 79%
4.

Mendapat nilai Kurang, jika skor antara

= 60 – 69%
5.

Mendapat nilai Kurang Sekali, jika skor antara

= Kurang dari 60%

Gamping, 19 Agustus 2016

Menyetujui:

Guru Pembimbing

Mahasiswa

Drs. Gunawan

NIP. 19590210 198703 1 009

Aris Widianoro

NIM. 13601241025



PENETAPAN KRITERIA KETUNTASAN MINIMAL  
( KKM )

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan  
 Satuan Pendidikan : SMA NEGERI 1 GAMPING  
 Kelas/ semester : X / 1  
 Tahun Pelajaran : 2016/2017

NO	SK / KD / INDIKATOR			KRITERIA PENETAPAN KETUNTASAN			Nilai KKM
				Kompleksitas	Daya Dukung	Intake Siswa	
1	Mempraktikkan berbagai keterampilan permainan olahraga dalam bentuk sederhana dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya						75,00
	1.1	Mempraktikkan keterampilan bermain salah satu permainan dan olahraga beregu bola besar serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri**)					75,00
		▣	Teknik dasar mengumpan, mengontrol dan menggiring bola ber-pasangan dan ber-kelompok dengan koor-dinasi yang baik.	75	75	75	75,00
		▣	Latihan variasi dan kom-binasi teknik dasar menendang, mengontrol, dan menggiring bola dengan koordinasi yang baik.	75	70	80	75,00

		▣	Bermain sepakbola dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi.	75	75	75	75,00
		▣	Latihan teknik dasar passing bawah, passing atas, da servis (berpasangan dan berkelompok).	75	75	75	75,00
		▣	Latihan variasi dan kombinasi passing bawah, passing atas, dan servis (berpasangan dan berkelompok).	80	70	75	75,00
		▣	Bermain bolavoli dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi.	80	75	70	75,00
		▣	Latihan teknik dasar melempar, menangkap, menggiring dan menembak bola (ber-pasangan dan ber-kelompok).	75	75	75	75,00
		▣	Latihan variasi teknik dasar melempar, menangkap, menggiring dan menembak bola (ber-pasangan dan berkelompok).	70	80	75	75,00
		▣	Bermain bolabasket dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi.	70	75	80	75,00

	1.3	Mempraktikkan keterampilan teknik salah satu nomor atletik dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi serta nilai kerjasama, kejujuran, kerja keras dan percaya diri **)					75,00
		▣	Teknik dasar lari jarak pendek 100 meter (start, gerakan lari, memasuki garis finish) yang dilakukan (per-orangan dan ber-kelompok).	70	75	80	75,00
		▣	Variasi dan kombinasi teknik dasar lari jarak pendek 100 meter (start, gerakan lari, memasuki garis finish) yang dilakukan (per-orangan dan berkelompok).	75	75	75	75,00
		▣	Perlombaan lari jarak pendek 100 meter dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi.	75	75	75	75,00
		▣	Teknik dasar lompat jauh (awalan, tumpuan, melayang di udara dan mendarat).	70	75	80	75,00
		▣	Variasi dan kombinasi teknik dasar lompat jauh (awalan, tumpuan, melayang di udara dan mendarat).	75	70	80	75,00
		▣	Perlombaan lompat jauh dengan meng-gunakan peraturan yang dimodifikasi	75	75	75	75,00
2	Mempraktikkan latihan kebugaran jasmani dan cara mengukur nya sesuai dengan kebutuhan dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya						75,00

	2.1	Mempraktikkan latihan kekuatan, kecepatan, daya tahan dan kelentukan untuk kebugaran jasmani dalam bentuk sederhana serta nilai tanggungjawab, disiplin, dan percaya diri.					75,00
		▣	Latihan kekuatan dalam bentuk sederhana dengan koordinasi yang baik.	75	75	75	75,00
		▣	Latihan kecepatan dalam bentuk sederhana.	70	80	75	75,00
		▣	Latihan daya tahan dalam bentuk sederhana.	80	70	75	75,00
		▣	Latihan kelentukan dalam bentuk sederhana.	75	75	75	75,00
		▣	Tes kebugaran jasmani secara sederhana	75	75	75	75,00
3	Mempraktikkan keterampilan rangkaian senam lantai dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya.						75,00
	3.1	Mempraktikkan rangkaian senam lantai dengan menggunakan bantuan serta nilai percaya diri, kerjasama, tanggungjawab dan menghargai teman.					75,00
		▣	Latihan guling depan	70	80	75	75,00
		▣	Latihan guling belakang	70	80	75	75,00
		▣	Latihan gerakan kayang	70	75	80	75,00
		▣	Latihan sikap lilin	70	75	80	75,00
	3.2	Mempraktikkan rangkaian senam lantai tanpa alat serta nilai percaya diri, kerjasama					75,00

		dan tanggungjawab					
		■	Latihan berdiri dengan kepala	75	75	75	75,00
		■	Variasi dan kombinasi latihan guling depan, guling belakang, sikap kayang, sikap lilin, dan berdiri dengan kepala.	75	75	75	75,00
4	Mempraktikkan aktivitas ritmik tanpa alat dengan koordinasi yang baik dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya.						75,00
	4.1	Mempraktikkan keterampilan gerak dasar langkah dan lompat pada aktivitas ritmik tanpa alat serta nilai kedisiplinan, konsentrasi dan keluwesan.					75,00
		■	Latihan gerak dasar langkah dan lompat pada aktivitas ritmik tanpa alat.	75	75	75	75,00
		■	Latihan gerak dasar ayunan lengan pada aktivitas ritmik tanpa alat.	70	75	80	75,00
	4.2	Mempraktikkan keterampilan gerak dasar ayunan lengan pada aktivitas ritmik tanpa alat serta nilai kedisiplinan, konsentrasi dan keluwesan.					75,00
		■	Latihan variasi dan kombinasi kete-rampilan gerak dasar (langkah dan lompat) dan (ayunan lengan) pada aktivitas ritmik tanpa alat.	70	75	80	75,00

7	Menerapkan budaya hidup sehat						75,00
	7.1	Menganalisis bahaya penggunaan narkoba.					75,00
		▣	Menganalisis bahaya penggunaan narkoba.	75	75	75	75,00
	7.2	Memahami berbagai peraturan perundangan tentang narkoba.					75,00
		▣	Memahami berbagai peraturan perundang an tentang narkoba.	75	70	80	75,00
KKM Penjasorkes kelas X Semester 1							75,00

Mengetahui :

Guru Mata Pelajaran

Gamping, 17 Juli 2016

Mahasiswa

Drs. Gunawan

NIP 19590210 198703 1 009

Aris Widianoro

NIM 13601241025



PENETAPAN KRITERIA KETUNTASAN MINIMAL  
( KKM )

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan  
 Satuan Pendidikan : SMA NEGERI 1 GAMPING  
 Kelas/ semester : X / 2  
 Tahun Pelajaran : 2016/2017

NO	SK / KD / INDIKATOR		KRITERIA PENETAPAN KETUNTASAN		
			Kompleksitas	Daya Dukung	Intake Siswa
8	Mempraktikkan berbagai keterampilan permainan olahraga dalam bentuk sederhana dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya.				
	8.1	Mempraktikkan keterampilan bermain <i>salah satu</i> permainan dan olahraga beregu bola besar serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri **).			



		▣	Variasi dan kombinasi teknik dasar menen-dang, mengontrol, dan menggiring bola meng-gunakan kaki bagian dalam, kaki bagian luar dan punggung kaki.	70	75	80
		▣	Bermain sepakbola dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi.	75	75	75
		▣	Latihan variasi dan kombinasi teknik dasar passing bawah, passing atas, servis bawah dan smash tanpa awalan.	70	75	80
		▣	Bermain bolavoli dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi.	75	75	75
		▣	Latihan variasi dan kombinasi teknik dasar melempar dan menangkap bola (chest pass, bounce pass, over head pass, dan side pass), menggiring bola dan menembak ke ring basket.	75	70	80
		▣	Bermain bolabasket dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi.	75	75	75

	8.3	Mempraktikkan keterampilan keterampilan atletik dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri (**)				
		▣	Teknik dasar lari jarak menengah 1.500 meter (start, gerakan lari, memasuki garis finish).	80	75	70
		▣	Variasi dan kombinasi teknik dasar lari jarak menengah 1.500 meter (start, gerakan lari, memasuki garis finish).	75	75	75
		▣	Perlombaan lari jarak menengah 1.500 meter dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi.	70	75	80
		▣	Teknik dasar lompat tinggi (awalan, tumpuan, saat melewati mistar dan mendarat).	70	75	80
		▣	Variasi dan kombinasi teknik dasar lompat tinggi (awalan, tumpuan, saat melewati mistar dan mendarat).	70	75	80
		▣	Perlombaan lompat tinggi dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi.	75	70	80

9	Mempraktikkan latihan kebugaran jasmani dan cara mengukurnya sesuai dengan kebutuhan dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya.					
	9.1	Mempraktikkan ber-bagai bentuk ke-bugaran jasmani sesuai dengan ke-butuhan serta nilai kejujuran, tanggung-jawab, disiplin, dan percaya diri.				
		▣	Latihan latihan kebugaran jasmani (kekuatan, kecepat-an, daya tahan, kelincahan dan kelentukan).	70	80	75
	9.2	Mempraktikkan tes kebugaran jasmani dan interpretasi hasil tes dalam menentu-kan derajat kebugar-an jasmani serta nilai kejujuran, se-mangat, tanggung-jawab, disiplin, dan percaya diri.				
		▣	Tes tes kebugaran jasmani untuk siswa SMA (lari cepat 60 meter, angkat tubuh/60 detik, baring duduk/60 detik, loncat tegak, lari jauh/1.000 pi dan 1.200 m pa).	75	75	75

10	Mempraktikkan keterampilan rangkaian senam lantai dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya.					
	10.1	Mempraktikkan keterampilan rangkaian senam lantai dengan menggunakan alat serta nilai percaya diri, kerjasama, tanggungjawab dan menghargai teman.				
		▣	Latihan rangkaian senam lantai dengan menggunakan alat (lompat kangkang dan lompat jongkok).	80	70	75
	10.2	Mempraktikkan keterampilan rangkaian senam lantai tanpa menggunakan alat serta nilai percaya diri, kerjasama, tanggungjawab dan menghargai teman.				
		▣	Latihan rangkaian senam lantai tanpa menggunakan alat (guling depan, guling ke belakang, berdiri dengan kedua tangan, sikap lilin, guling lenting dan sikap kayang).	75	70	80

11	Mempraktikkan aktivitas ritmik tanpa alat dengan koordinasi yang baik dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya.					
	11.1	Mempraktikkan kombinasi keterampilan langkah kaki dan ayunan lengan pada aktivitas ritmik berirama tanpa alat serta nilai kedisiplinan, toleransi, keluwesan dan estetika.				
		▣	Latihan kombinasi keterampilan langkah kaki dan ayunan lengan pada aktivitas ritmik berirama tanpa alat.	75	70	80
	11.2	Mempraktikkan rangkaian senam irama tanpa alat dengan koordinasi gerak serta nilai kedisiplinan, toleransi, keluwesan dan estetika.				
		▣	Latihan rangkaian senam irama tanpa alat dengan koordinasi gerak.	80	70	75
14	Menerapkan budaya hidup sehat					

	14.1	Menganalisis dampak seks bebas.				
		▣	Menganalisis dampak seks bebas.	75	75	75
	14.2	Memahami cara menghindari seks bebas.				
		▣	Memahami cara menghindari seks bebas.	75	75	75
KKM Penjasorkes kelas X Semester 2						

Mengetahui :

Guru Mata Pelajaran

Gamping, 17 Juli 2016

Mahasiswa

Drs. Gunawan

NIP 19590210 198703 1 009

Aris Widianoro

NIM 13601241025

PENETAPAN KRITERIA KETUNTASAN MINIMAL  
( KKM )

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan  
Satuan Pendidikan : SMA NEGERI 1 GAMPING  
Kelas/ semester : XI / 1  
Tahun Pelajaran : 2016/2017

NO	SK / KD / INDIKATOR		KRITERIA PENETAPAN KETUNTASAN			Nilai KKM
			Kompleksitas	Daya Dukung	Intake Siswa	
1	Mempraktikkan berbagai keterampilan permainan olahraga dalam bentuk sederhana dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya					75,00
	1.1	Mempraktikkan keterampilan bermain salah satu permainan dan olahraga beregu bola besar serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri**)				75,00

		■	Latihan koordinasi teknik dasar (meng-umpan, mengontrol dan menggiring bola) berpasangan dan berkelompok dengan menggunakan kaki bagian dalam, kaki bagian luar dan punggung kaki.	70	75	80	75,00
		■	Bermain sepakbola dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi	70	75	80	75,00
		■	Latihan koordinasi teknik dasar passing bawah, passing atas, servis dan smash (berpasangan dan berkelompok).	75	70	80	75,00
		■	Bermain bolavoli dengan meng-gunakan peraturan yang dimodifikasi	70	75	80	75,00
		■	Latihan koordinasi teknik dasar me-lempar, menangkap, menggiring dan me-nembak bola (ber-pasangan dan ber- kelompok).	70	75	80	75,00
		■	Bermain bolabasket dengan mengguna-kan peraturan yang dimodifikasi.	70	75	80	75,00



	1.3	Mempraktikkan keterampilan teknik salah satu nomor atletik dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi serta nilai kerjasama, kejujuran, kerja keras dan percaya diri (**)					75,00
		▣	Latihan koordinasi teknik dasar lari estafet/sambung (start, gerakan lari, memasuki garis finish) yang dilakukan berkelompok	75	70	80	75,00
		▣	Variasi dan kombinasi teknik dasar lari estafet/sambung (start, gerakan lari, memasuki garis finish) yang dilakukan berkelompok	75	70	80	75,00
		▣	Perlombaan lari estafet/sambung dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi.	70	75	80	75,00
		▣	Teknik dasar lompat jauh (awalan, tum-puan, melayang di udara dan mendarat).	70	75	80	75,00
		▣	Variasi dan kombinasi teknik dasar lompat jauh (awalan, tumpuan, melayang di udara dan mendarat).	75	70	80	75,00
		▣	Perlombaan lompat jauh dengan meng-gunakan peraturan yang dimodifikasi	75	70	80	75,00

2	Mempraktikkan aktivitas pengembangan untuk meningkatkan kualitas kebugaran jasmani dan cara pengurannya dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya						75,00
	2.1	Mempraktikkan berbagai bentuk latihan kelincahan, power dan daya tahan untuk meningkatkan kebugaran jasmani serta nilai tanggungjawab, disiplin, dan percaya diri.					75,00
		■	Latihan berbagai bentuk latihan ke-lincahan, power dan daya tahan untuk meningkatkan kebugaran jasmani.	75	70	80	75,00
	2.2	Mempraktikkan tes untuk kelincahan, power dan daya tahan dalam kebugaran jasmani serta nilai tanggungjawab, disiplin, dan percaya diri.					75,00
		■	Tes untuk kelincahan, power dan daya tahan dalam kebugaran jasmani.	75	70	80	75,00
3	Mempraktikkan keterampilan senam dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya						75,00
	3.1	Mempraktikkan keterampilan rangkaian senam ketangkasan dengan menggunakan alat serta nilai percaya diri, kerjasama, tanggungjawab dan menghargai teman.					75,00

		■	Latihan rangkaian senam ketangkasan dengan menggunakan alat (lompat kangkang, lompat jongkok dan berguling di atas peti lompat).	70	75	80	75,00
	3.2	Mempraktikkan keterampilan rangkaian senam ketangkasan tanpa menggunakan alat serta nilai percaya diri, kerjasama, tanggungjawab dan menghargai teman.					75,00
		■	Latihan rangkaian senam ketangkasan tanpa menggunakan alat (loncat harimau, meroda dan guling lenting).	70	75	80	75,00
4	Mempraktikkan aktivitas ritmik menggunakan alat dengan koordinasi yang baik dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya.						75,00
	4.1	Mempraktikkan keterampilan aktivitas ritmik tanpa alat dengan koordinasi gerak lanjutan serta nilai kedisiplinan, toleransi, keluwesan dan estetika.					75,00
		■	Latihan aktivitas ritmik tanpa alat dengan koordinasi gerak lanjutan.	70	75	80	75,00
	4.2	Mempraktikkan keterampilan aktivitas ritmik menggunakan alat serta nilai kedisiplinan, toleransi, keluwesan dan estetika.					75,00

[illegible]

Mengetahui :  
Guru Mata Pelajaran

Drs. Gunawan  
NIP 19590210 198703 1 009

Gamping, 17 Juli 2016  
Mahasiswa

Aris Widianoro  
NIM 13601241025

PENETAPAN KRITERIA KETUNTASAN MINIMAL  
( KKM )

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan  
Satuan Pendidikan : SMA NEGERI 1 GAMPING  
Kelas/ semester : XI / 2  
Tahun Pelajaran : 2016/2017

NO	SK / KD / INDIKATOR		KRITERIA PENETAPAN KETUNTASAN		
			Kompleksitas	Daya Dukung	Intake Siswa
7	Mempraktikkan berbagai keterampilan dasar permainan olahraga dengan teknik dan taktik serta nilai-nilai yang terkandung didalamnya				
	7.1	Mempraktikkan keterampilan bermain <i>salah satu</i> permainan olahraga beregu bola besar serta nilai kerjasama, kejujuran, kerja keras, dan percaya diri**).			

		▣	Latihan variasi dan kombinasi latihan teknik dasar per-mainan sepakbola (mengumpan, me-ngontrol, menggiring dan menembak) ber-pasangan dan ber-kelompok.	80	75	70
		▣	Bermain sepakbola dengan menggunakan peraturan yang dimodifika	75	75	75
		▣	Latihan variasi dan kombinasi teknik dasar passing bawah, passing atas, servis dan smash (ber-pasangan dan ber-kelompok).	75	75	75
		▣	Bermain bolavoli dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi.	75	80	70
		▣	Latihan variasi dan kombinasi teknik dasar permainan bolabasket melempar, menangkap, menggiring dan menembak bola (ber-pasangan dan ber-kelompok).	75	80	70
		▣	Bermain bolabasket dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi.	80	75	70

		▣	Latihan variasi dan kombinasi teknik dasar permainan roundes melempar, menangkap dan memukul bola Roundes (berpasangan dan berkelompok)	75	75	75
		▣	Bermain roundes dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi.	80	70	75
	7.3	Mempraktikkan teknik <i>salah satu</i> nomor atletik dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi serta nilai kerjasama, kejujuran, kerja keras, dan percaya diri**).				
		▣	Teknik dasar lari halang rintang 3.000 meter (start, gerakan lari, memasuki garis finish) yang dilakukan (perorangan dan ber-kelompok).	80	75	70
		▣	Variasi dan kombinasi teknik dasar lari halang rintang 3.000 meter (start, gerakan lari, me-masuki garis finish) yang dilakukan (per-orangan dan ber-kelompok).	80	70	75
		▣	Perlombaan atletik lari halang rintang 3.000 meter dengan meng-gunakan peraturan yang dimodifikasi.	75	70	80



		▣	Teknik dasar lempar lembing (awalan, tum-puan, lepasnya lembing dan menjaga keseimbangan).	75	75	75
		▣	Variasi dan kombinasi teknik dasar lempar lembing (awalan, tum-puan, lepasnya lembing dan menjaga keseimbangan).	80	70	75
		▣	Perlombaan lempar lembing dengan menggunakan pera-turan yang dimodifi-kasi.	70	75	80
8	Meningkatkan kualitas kebugaran jasmani dan cara pengukurannya dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya.					
	8.1	Mempraktikkan ber-bagai bentuk ke-bugaran jasmani sesuai dengan ke-butuhan serta nilai kejujuran, tanggung-jawab, disiplin, dan percaya diri.				
		▣	Latihan sirkuit untuk peningkatan kebugaran jasmani	75	75	75
		▣	Latihan peningkatan beban latihan sirkuit untuk peningkatan kebugaran jasmani	70	80	75

	8.2	Mempraktikkan tes kebugaran jasmani dan interpretasi hasil tes dalam menentukan derajat kebugaran jasmani serta nilai kejujuran, semangat, tanggungjawab, disiplin, dan percaya diri.				
		■	Tes untuk mengukur tingkat kebugaran jasmani	75	80	70
9	Mempraktikkan keterampilan senam ketangkasan dengan alat dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya.					
	9.1	Mempraktikkan keterampilan senam ketangkasan dengan menggunakan alat lanjutan serta nilai percaya diri, kerjasama, tanggungjawab dan menghargai teman.				
		■	Latihan rangkaian senam ketangkasan dengan menggunakan alat lanjutan (lompat kangkang, lompat jongkok dan berguling di atas peti lompat).	80	70	75
	9.2	Mempraktikkan keterampilan senam ketangkasan tanpa menggunakan alat lanjutan serta nilai percaya diri, kerjasama, tanggungjawab dan menghargai teman.				

		▣	Latihan rangkaian senam ketangkasan tanpa menggunakan alat (guling depan, guling belakang, lenting tangan, meroda, dan guling lenting).	75	75	75
10	Mempraktikkan aktivitas ritmik menggunakan alat dengan koordinasi yang baik dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya.					
	10.1	Mempraktikkan kombinasi gerak berirama menggunakan alat dengan koordinasi serta nilai kedisiplinan, konsentrasi dan keluwesan				
		▣	Latihan kombinasi gerak berirama meng-gunakan alat tali dengan koordinasi serta nilai kedisiplinan, konsentrasi dan keluwesan (perorangan dan berkelompok).	75	70	80
	10.2	Merangkai aktivitas ritmik menggunakan alat serta nilai kedisiplinan, konsentrasi dan keluwesan.				
		▣	Latihan rangkaian aktivitas ritmik meng-gunakan alat tali serta nilai kedisiplinan, konsentrasi dan keluwesan (perorangan dan berkelompok).	75	80	70

13	Menerapkan budaya hidup sehat						
	13.1	Memahami cara pemanfaatan waktu luang untuk kesehatan.					
		▣	Mengidentifikasi perkembangan jasmani seseorang		80	70	75
		▣	Mengidentifikasi pemanfaatan waktu luang untuk kesehatan		75	75	75
	13.2	Menerapkan pola hidup sehat.					
		▣	Mengidentifikasi pola hidup sehat		70	80	75
KKM Penjasorkes kelas XI Semester 2							

Mengetahui :

Guru Mata Pelajaran

A handwritten signature in black ink, appearing to be 'Gunawan', written over a horizontal line.

Drs. Gunawan

NIP 19590210 198703 1 009

Gamping, 17 Juli 2016

Mahasiswa

A handwritten signature in black ink, appearing to be 'Aris Widianoro', written over a horizontal line.

Aris Widianoro

NIM 13601241025

PENETAPAN KRITERIA KETUNTASAN MINIMAL  
( KKM )

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan  
Satuan Pendidikan : SMA N 1 GAMPING  
Kelas/ semester : XII / 1  
Tahun Pelajaran : 2016/2017

NO	SK / KD / INDIKATOR		KRITERIA PENETAPAN KETUNTASAN			Nilai
			Kompleksitas	Daya Dukung	Intake Siswa	
1	Mempraktikkan keterampilan permainan olahraga dengan peraturan yang sebenarnya dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya					75
	1.1	Mempraktikkan keterampilan bermain <i>salah satu</i> permainan olahraga bola besar lanjutan serta dengan peraturan yang dimodifikasi serta nilai kerjasama, kejujuran, toleransi, kerja keras dan percaya diri **)				75

		▣	Latihan variasi dan kombinasi latihan teknik dasar permainan sepakbola (meng-umpan, mengontrol, menggiring dan me-nembak) berkelompok.	80	70	75	75
		▣	Bermain sepakbola dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi	70	80	75	75
		▣	Latihan variasi dan kombinasi teknik dasar passing bawah, passing atas, servis, smash dan bendungan secara berkelompok dalam bentuk pola penyerangan dan pola pertahanan.	70	75	80	75
			Bermain bolavoli dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi	75	70	80	75
		▣	Latihan variasi dan kombinasi teknik dasar permainan bolabasket melempar, menangkap, menggiring, menembak dan rebound bola berkelompok dalam bentuk pola penyerangan dan pertahanan.	70	75	80	75
		▣	Bermain bolabasket dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi	75	70	80	75

	1.2	Mempraktikkan keterampilan bermain <i>salah satu</i> permainan olahraga bola kecil dengan peraturan yang dimodifikasi serta nilai kerjasama, kejujuran, toleransi, kerja keras dan percaya diri **).						75
		▣	Latihan variasi dan kombinasi teknik dasar permainan roundes, melempar, menangkap dan memukul bola roundes berkelompok dalam bentuk pola penyerangan dan pola pertahanan.	70	75	80		75
		▣	Bermain roundes dengan mengguna-kan peraturan yang dimodifikasi.	70	75	80		75
	1.3	Mempraktikkan teknik atletik dengan menggunakan peraturan yang sesungguhnya serta nilai kerjasama, kejujuran, toleransi, kerja keras dan percaya diri**).						75
		▣	Latihan variasi dan kombinasi teknik dasar lompat jangkit (awalan, tumpuan, melayang di udara dan mendarat).	75	70	80		75
2	Mempraktikkan perencanaan aktivitas pengembangan untuk peningkatan dan pemeliharaan kebugaran jasmani dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya							75
	2.1	Merancang dan melaksanakan program latihan fisik untuk pemeliharaan kebugaran jasmani serta nilai tanggungjawab, disiplin, dan percaya diri.						75



		▣	Mengidentifikasi jenis-jenis latihan yang sesuai dengan kebutuhan.	70	75	80	75
		▣	Latihan kekuatan, kecepatan, daya tahan dan kelentukan untuk kebugaran jasmani sesuai dengan kebutuhan dengan menggunakan alat sederhana.	70	75	80	75
3	Mempraktikkan rangkaian gerak senam ketangkasan dengan konsep yang benar dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya						75
	3.1	Mempraktikkan keterampilan gerakan kombinasi rangkaian senam lantai serta nilai percaya diri, kerjasama, tanggungjawab dan menghargai teman					75
		▣	Latihan rangkaian latihan teknik dasar senam lantai (guling depan, guling belakang, guling lenting dan meroda)	70	75	80	75
		▣	Latihan rangkaian latihan teknik dasar senam lantai (loncat harimau).	75	70	80	75
4	Mempraktikkan satu rangkaian gerak berirama berbentuk aktivitas aerobik secara beregu dengan diiringi musik dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya						75
	4.1	Mempraktikkan keterampilan gerak berirama senam aerobik serta nilai kerjasama, kedisiplinan, percaya diri, keluwesan dan estetika					75

		▣	Latihan gerak berirama senam aerobik.	70	75	80	75
		▣	Latihan penyelarasan antara gerak dan irama dengan iringan musik.	75	70	80	75
KKM Penjasorkes kelas XII Semester 1							75

Mengetahui :

Guru Mata Pelajaran



Drs. Gunawan  
NIP 19590210 198703 1 009

Gamping, 17 Juli 2016

Mahasiswa



Aris Widianoro  
NIM 13601241025

PENETAPAN KRITERIA KETUNTASAN MINIMAL  
( KKM )

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan  
 Satuan Pendidikan : SMA NEGERI 1 GAMPING  
 Kelas/ semester : XII / 2  
 Tahun Pelajaran : 2016/2017

NO	SK / KD / INDIKATOR		KRITERIA PENETAPAN KETUNTASAN			Nilai KK M
			Kompleksitas	Daya Dukung	Intake Siswa	
6	Mempraktikkan keterampilan permainan olahraga dengan peraturan dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya.					75,0 0
	6.1	Mempraktikkan keterampilan bermain <i>salah satu</i> permainan olahraga bola besar dengan peraturan sebenarnya serta nilai kerjasama, kejujuran, menerima kekalahan, kerja keras dan percaya diri**)				75,0 0

		▣	Latihan variasi dan kombinasi teknik dasar permainan sepakbola (mengumpan, me-ngontrol, menggiring dan menembak) ber-pasangan dan ber-kelompok.	75	70	80	75,0 0
		▣	Variasi dan kombinasi teknik dasar per-mainan sepakbola berpasangan dan ber-kelompok dalam bentuk penerapan pola penyerangan dan per-tahanan permainan	80	70	75	75,0 0
		▣	Bermain sepakbola dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi	75	70	80	75,0 0
		▣	Latihan variasi dan kombinasi teknik dasar passing bawah, passing atas, servis dan smash (ber-pasangan dan ber-kelompok).	75	75	75	75,0 0
		▣	Variasi dan kombinasi teknik dasar per-mainan bolavoli ber-pasangan dan ber-kelompok dalam bentuk penerapan pola penyerangan dan per-tahanan permainan.	75	70	80	75,0 0
		▣	Bermain bolavoli dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi.	80	75	70	75,0 0

		▣	Latihan variasi dan kombinasi teknik dasar permainan bolabasket melempar, menang-kap, menggiring dan menembak bola (ber-pasangan dan berkelompok).	75	80	70	75,0 0
		▣	Latihan variasi dan kombinasi teknik dasar permainan bolabasket berpasangan dan ber-kelompok dalam bentuk penerapan pola pertahanan dan pola penyerangan per-mainan	75	80	70	75,0 0
		▣	Bermain bolabasket dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi	75	70	80	75,0 0
	6.2		Mempraktikkan keterampilan bermain <i>salah satu</i> permainan olahraga bola kecil dengan peraturan sebenarnya serta nilai kerjasama, kejujuran, menerima kekalahan, kerja keras dan percaya diri**).				75,0 0
		▣	Latihan variasi dan kombinasi teknik dasar permainan roundes melempar, menangkap dan memukul bola roundes (berpasangan dan berkelompok).	80	75	70	75,0 0
		▣	Latihan variasi dan kombinasi teknik dasar permainan roundes ber-pasangan dan berkelompok dalam bentuk penerapan strategi dan taktik penyerangan permainan.	75	80	70	75,0 0
		▣	Bermain roundes dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi	70	75	80	75,0

							0
	6.3	Mempraktikkan keterampilan atletik dengan menggunakan peraturan yang sebenarnya serta nilai kerjasama, kejujuran, menerima kekalahan, kerja keras dan percaya diri**).					75,0 0
		■	Latihan teknik dasar lari jarak menengah 1.500 meter (start, gerakan lari, memasuki garis finish) yang dilakukan (perorangan dan berkelompok).	75	75	75	75,0 0
		■	Latihan variasi dan kombinasi teknik dasar lari jarak menengah 1.500 meter (start, gerakan lari, memasuki garis finish) yang dilakukan (perorangan dan berkelompok).	75	75	75	75,0 0
		■	Perlombaan atletik lari jarak menengah 1.500 meter dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi	80	70	75	75,0 0
7	Mempraktikkan keterampilan permainan olahraga dengan peraturan dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya						75,0 0
	7.1	Mempraktikkan program latihan fisik untuk pemeliharaan kebugaran jasmani					75,0 0

		▣	Latihan tes kebugaran jasmani secara sederhana (tes lari cepat, angkat tubuh, baring duduk, loncat tegak dan lari jauh 1.000 m, 1.200 m).	75	80	70	75,0 0
		▣	Interpretasi secara sederhana hasil tes (lari cepat, angkat tubuh, baring duduk, loncat tegak dan lari jauh 1.000 m, 1.200 m)	75	75	75	75,0 0
8	Mengkombinasikan rangkaian gerakan senam lantai dan senam ketangkasan dengan alat dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya						75,0 0
	8.1	Mempraktikkan rangkaian gerakan senam lantai serta nilai percaya diri, tanggungjawab, kerjasama, dan percaya kepada teman.					75,0 0
		▣	Latihan rangkaian latihan teknik dasar senam lantai (guling depan, guling belakang, guling lenting dan meroda).	70	80	75	75,0 0
		▣	Latihan rangkaian latihan teknik dasar senam ketangkasan (lompat kangkang dan lompat jongkok).	80	75	70	75,0 0
9	Mempraktikkan satu rangkaian gerak berirama secara beregu dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya						75,0 0

	9.1	Mempraktikkan rangkaian gerak senam aerobik dengan iringan musik serta nilai kerjasama, kedisiplinan, keluwesan dan estetika.					75,00
		▣	Latihan gerak berirama senam aerobik.	70	75	80	75,00
		▣	Penyelarasan antara gerak dan irama dengan iringan musik.	75	75	75	75,00
12	Menerapkan budaya hidup sehat						75,00
	12.1	Mempraktikkan pola hidup sehat					75,00
		▣	Mempraktikkan pola hidup sehat.	75	80	70	75,00
		▣	Menampilkan perilaku hidup sehat.	70	80	75	75,00
		▣	Mengimplementasikan pola hidup sehat dan perilaku hidup sehat	75	75	75	75,00
KKM Penjasorkes kelas XII Semester 2							75,00



Mengetahui :  
Guru Mata Pelajaran

A handwritten signature in black ink, appearing to be 'Gunawan', written over a faint rectangular stamp.

Drs. Gunawan  
NIP 19590210 198703 1 009

Gamping, 17 Juli 2016  
Mahasiswa

A handwritten signature in black ink, appearing to be 'Aris Widianoro', written over a faint rectangular stamp.

Aris Widianoro  
NIM 13601241025

**DAFTAR NILAI**

Mata Pelajaran : Penjasorkes

Semester : Ganjil

Kelas/Program : XB

Tahun Pelajaran : 2016/2017

Nomor		NamaSiswa	Bulan				
			Materi		Senam Lantai	Start Jongkok	Undering
Tanggal							
Urut	NIS		L/P				
1	2872	Ajeng Zahra Afifah		P	75	80	70
2	2874	Aldi Priyanto	L		75	80	75
3	2875	Alif Ari Farransahad	L		75	80	75
4	2876	Anggit Itsna Nur R		P	75	75	75
5	2886	Arif Rahmawan	L		80	80	75
6	2887	Arifin Setiawan	L		75	80	75
7	2889	Arista Novianti		P	80	80	75
8	2893	Bela Selvia		P	75	75	70
9	2901	Denis Puspita Dewi		P	80	75	75
10	2904	Dhea Nissa Ariella		P	80	75	75
11	2907	Ditia Prajananti		P	85	80	70
12	2916	Fachriza Baskara	L		75	85	75
13	2917	Fanindia Pangestuti		P	75	80	75
14	2919	Fathia Yumna Wilda A		P	75	80	75
15	2923	Haniif Kusuma Yuda	L		75	75	70

16	2926	Indra Asmara	L		80	75	75
17	2929	Kayla Wardhana Puan		P	75	75	80
18	2944	Munifah		P	75	75	75
19	2945	Mutiara Kurnia Sari		P	75	80	75
20	2949	Novia Damayanti		P	75	75	70
21	2951	Nur Eka Rahmawati		P	75	75	75
22	2964	Robby Millenio V	L		80	80	70
23	2967	Salsa Rizkika Fatehah		P	75	75	70
24	2968	Salsabila Eka Amalia		P	75	75	75
25	2969	Salsabila Nur Aini		P	75	75	75
26	2970	Sandi Nuurilma N		P	80	75	70
27	2973	Selly Fitri Yani		P	75	80	75
28	2978	Sri Lestari		P	75	80	70
29	2979	Stevani Clara F		P	75	80	80
30	2981	Syamsul Nur Hidayat	L		80	80	75
31	2982	Tamimin Na'ma		P	75	75	80
32	2983	Titto Bhakti A	L		80	80	80

### DAFTAR NILAI

Mata Pelajaran : Penjasorkes

Semester : Ganjil

Kelas/Program : XD

Tahun Pelajaran : 2016/2017

Nomor		NamaSiswa	Bulan				
			Materi		Senam Lantai	Start Jongkok	Undering
			Tanggal				
			L/P				
Urut	NIS						
1	2873	Akmal Firdaus Aji W	L		80	75	80
2	2879	Annisa Eka Nooraeni		P	75	75	75
3	2891	Ayu Taqwantari Dina		P	75	75	75
4	2892	Aziza Puspadewi S		P	75	75	85
5	2897	Chaitra Kurnia Hati		P	80	80	80
6	2902	Dewinta Veren F		P	75	80	75
7	2903	Dhany Wahyu N	L		80	75	75
8	2911	Ella Apriyani		P	80	8	75
9	2920	Gassa Putra N	L		75	75	80
10	2921	Geatry Kemala Dewi		P	75	75	75
11	2922	Hanan Raihani W		P	75	75	80
12	2927	Jennie Maharani		P	75	75	75
13	2928	Jihan Alifah Nisrina		P	75	80	70
14	2933	Mahzid Iqbal	L		75	75	85
15	2934	Mega Dwi Utami		P	75	75	75

16	2936	Miftah Khusnul K		P	75	80	80
17	2938	Muhamad Hadits F	L		80	80	80
18	2939	Muhammad Akmal A	L		75	80	75
19	2941	Muhammad Faqih I	L		75	80	75
20	2950	Novriza Nur Farezi	L		75	75	80
21	2952	Nurhaliza Dinda Putri		P	80	80	75
22	2955	Pamor Askayoga	L		80	80	80
23	2959	Puteri Wahyuningtiyas		P	80	75	75
24	2959	Rani Tria Anissya		P	75	80	75
25	2960	Rias Ditawati		P	75	75	75
26	2975	Sherly Diyah Ayu P.S		P	75	75	80
27	2976	Silviana Nafisa Y		P	75	75	75
28	2977	Sri Fenny Candrawati		P	75	75	75
29	2986	Vadita Suci Nur A.A		P	80	75	75
30	2988	Vika Ayu Kumala Sari		P	75	75	75
31	2990	Wahyu Indra Puspa		P	75	80	75
32	2991	Wisnu Hariwijaya	L		75	80	75

### DAFTAR NILAI

Mata Pelajaran : Penjasorkes

Semester : Ganjil

Kelas/Program : XI IPA 2

Tahun Pelajaran : 2016/2017

Nomor		NamaSiswa	Bulan				
			Materi		Senam Lantai	Basket	Voli
			Tanggal				
			L/P				
Urut	NIS						
1	2745	Alsandra Yunan Perwita		P	70	80	75
2	2748	Andhika Fadilah Hasmi	L		75	80	75
3	2750	Anggraeni Wulan A		P	75	75	75
4	2752	Anindya		P	75	75	80
5	2757	Azahra Fia Rahma		P	75	85	75
6	2764	Desra Ramadhan P	L		70	75	80
7	2765	Dewi Masyitoh		P	75	75	80
8	2770	Diki Yudha Bagos S	L		75	90	80
9	2774	Erlintang Ratri Febriana		P	75	75	75
10	2777	Fairus Zalfa Nabila		P	75	85	75
11	2780	Ferrika Diah Alita		P	75	75	75
12	2782	Fery Ferizal Herdiyana	L		80	90	80
13	2790	Hasna Karimah		P	75	80	75
14	2793	Herning Lintang Temara		P	75	75	75
15	2797	Inas Wibowo		P	70	75	75
16	2805	Ldmilla Gitta Rosenna		P	75	85	75
17	2806	Luthfi Amar Makruf	L		80	80	80

18	2818	Nabilla Wahyu R		P	80	80	75
19	2820	Nadia Fitri W		P	75	80	80
20	2821	Nadia Noviyanti		P	75	75	80
21	2822	Nararya Sakti Pratista	L		75	85	80
22	2823	Nastiti Ajeng Prahasti		P	75	75	75
23	2826	Nurlaila		P	75	75	75
24	2828	Oktaviana Putri		P	70	75	75
25	2840	Sara Puja Kesuma		P	75	75	80
26	2843	Shalma Aisya Putri		P	75	80	75
27	2844	Shelika Aureli R		P	70	75	75
28	2846	Suci Melyniah R		P	75	75	75
29	2849	Uswatun Chasanah		P	80	75	75
30	2851	Vera Utami Rahma Sari		P	75	80	80
31	2740	Ajeng Qori Handayani		P	75	75	75
32	2741	Ahdan Setyo Aji	L		75	75	80

# DAFTAR NILAI

Mata Pelajaran : Penjasorkes

Semester : Ganjil

Tahun Pelajaran :

Kelas/Program : XI IPS 2

2016/2017

Nomor		Nama Siswa	Bulan				
			Materi		Senam Lantai	Basket	Voli
			Tanggal				
			L/P				
Urut	NIS						
1	2759	Alvin Andyhanda N	L		75	75	80
2	2762	Amalia Rizqi Rahmawati		P	75	70	75
3	2771	Anggiya Dian Sekar Arum		P	65	80	75
4	1778	Ani Susilowati		P	75	75	75
5	2779	Annisa Kusuma Wati		P	80	70	70
6	2785	Arif Andaru	L		75	75	75
7	2786	Arya Bima Andikha	L		80	85	75
8	2791	Bagas Wicaksana	L		80	80	80
9	2796	Bawono Yudha Wijoyo	L		80	80	80
10	2802	Chandra Asmarawan	L		75	90	80
11	2808	Dhea Myrza		P	80	75	70
12	2810	Dicky prastico Antoni	L		75	85	75
13	2811	Fachri Rasya Ramadhan	L		75	90	75
14	2812	Fahrorry Fawzi Annor	L		75	75	75
15	2813	Ferry Irawan	L		75	90	80
16	2825	Fhrysha Adevin Yunandar		P	75	75	75



17	2827	Handiyan Nafan Husna	L		75	80	80
18	2831	Ihsan Muhammad Sholihin	L		75	75	80
19	2833	Invita Wulindasari		P	75	70	75
20	2834	Isnan Budi Primanda	L		75	75	75
21	2837	Lina Himmah Shofia		P	75	80	75
22	2838	Muhammad Nur Fadli	L		80	80	75
23	2842	Muhammad Thufeil I	L		75	70	75
24	2848	Nadeva Khrstianilam S		P	80	75	80
25	2853	Rinda Dwi Septiana K		P	80	75	75
26	2855	Risna Putri Mharani		P	75	70	70
27	2856	Sekar Maharani		P	75	80	75
28	2857	Vida Nur Ardiyanti		P	75	75	80
29	2859	Vellisa Deviana remalya		P	75	75	80
30	2860	Yulia Noor Hayati		P	75	75	75
31	2863	Hernan Dwi Anindita	L		75	75	75
32	2864	Aurora Herdy Martaveta		P	75	70	75

## DAFTAR NILAI

Mata Pelajaran : Penjasorkes

Semester: Ganjil

Kelas/Program : XII IPA 2

Tahun Pelajaran: 2016/2017

Nomor		NamaSiswa	Bulan				
			Materi		Voli	Basket	Senam Lantai
			Tanggal				
			L/P				
Urut	NIS						
1	2601	Agnes Enggar Pramesti		P	75	75	75
2	2605	Abdika Puji Aryanto	L		80	75	75
3	2608	Anisah Nirmala Dewi		P	75	75	75
4	2610	Arta Kalingga	L		75	75	75
5	2615	Awandra Putra Mahendra	L		75	80	75
6	2616	Bagas Adom Pangestu		P	80	85	80
7	2623	Channiigiavani Kaba Ibraini	L		80	85	75
8	2634	Dio Cahyo Saputra	L		75	85	80
9	2635	Elma Alkhaniv		P	75	80	80
10	2638	Esti Maharani		P	70	70	80
11	2641	Fara Anisa Putri Utami	L		70	80	75
12	2646	Frahma Aditya Putra		P	80	85	75
13	2647	Gea Sheila Saskia Safira		P	75	75	75
14	2651	Hanifah Amalia		P	75	85	75
15	2655	Imroatun Kamilah		P	75	80	75
16	2656	Intan Ayu Noverista Wardani		P	75	75	75
17	2660	Kenya Hilda Sari		P	75	80	80

18	2664	Kurnia Setyarini		P	75	85	75
19	2666	Lailatul Ngijah		P	75	85	75
20	2675	Muhammad Nugroho W.S	L		80	85	75
21	2680	Muhammad Riski Narendra S	L		80	80	75
22	2682	Nabila Putri Nadra Atsill		P	75	85	75
23	2686	Novendra Satria Putra	L		75	85	80
24	2695	Randitiya Putra Wiratama	L		80	80	80
25	2696	Rezty Virya Putri P		P	75	80	80
26	2697	Ricco Julvikal	L		75	80	75
27	2700	Rika Widiastuti		P	75	70	80
28	2702	Ririn Anggraini		P	75	75	75
29	2706	Sara Gaisani		P	75	80	75
30	2709	sekar Febria Larasati		P	75	85	80
31	2712	Silvia Nur Fatmawati		P	75	85	80
32	2719	Tri Kurnia Sari		P	80	75	75

Gamping, 15 September 2016

Mengetahui:  
Guru Pembimbing



Drs. Gunawan  
NIP 19590210 198703 1 009

Mahasiswa



Aris Widianoro  
NIM. 13601241025

## DAFTAR HADIR

Mata Pelajaran : Penjasorkes

Semester : Ganjil

Kelas/Program : XB

Tahun Pelajaran : 2016/2017

[illegible]



## DAFTAR HADIR

Mata Pelajaran : Penjasorkes

Kelas/Program : XD

Semester : Ganjil

Tahun Pelajaran : 2016/2017

[illegible]



Mata Pelajaran : Penjasorkes  
Kelas/Program : XI IPA 2

Semester : Ganjil  
Tahun Pelajaran : 2016/2017

[illegible]





## DAFTAR HADIR

Mata Pelajaran : Penjasorkes

Kelas/Program : XI IPS 2

Semester : Ganjil

Tahun Pelajaran : 2016/2017

[illegible]

17	2827	Handiyan Nafan Husna	L		●	●	●	●	●	●			
18	2831	Ihsan Muhammad Sholihin	L		●	●	●	●	●	●			
19	2833	Invita Wulindasari		P	●	●	●	●	●	a			1
20	2834	Isnani Budi Primanda	L		●	●	a	a	a	●			3
21	2837	Lina Himmah Shofia		P	●	●	●	●	●	●			
22	2838	Muhammad Nur Fadli	L		●	●	●	●	a	●			1
23	2842	Muhammad Thufeil Imtinah	L		●	●	●	a	a	●			2
24	2848	Nadeva Khrstianilam Sanjani		P	●	●	●	●	●	●			
25	2853	Rinda Dwi Septiana Kusuma		P	●	●	●	●	●	●			
26	2855	Risna Putri Mharani		P	●	●	●	●	●	a			1
27	2856	Sekar Maharani		P	●	●	●	●	●	●			
28	2857	Vida Nur Ardiyanti		P	●	●	●	●	●	●			
29	2859	Vellisa Deviana remalya		P	●	●	●	●	●	●			
30	2860	Yulia Noor Hayati		P	●	●	●	●	●	●			
31	2863	Hernan Dwi Anindita	L		●	●	●	●	●	●			
32	2864	Aurora Herdy Martaveta		P	●	●	●	i	●	a		1	1

## DAFTAR HADIR

Mata Pelajaran : Penjasorkes

Kelas/Program : XII IPA 2

Semester : Ganjil

Tahun Pelajaran : 2016/2017

[illegible]

17	2660	Kenya Hilda Sari		P	●	●	●	●	●	●			
18	2664	Kurnia Setyarini		P	●	●	●	●	●	●			
19	2666	Lailatul Ngijah		P	●	●	●	●	●	●			
20	2675	Muhammad Nugroho Wisnu S	L		●	●	●	●	●	●			
21	2680	Muhammad Riski Narendra S	L		●	●	●	●	●	●			
22	2682	Nabila Putri Nadra Atsill		P	●	●	●	●	●	●			
23	2686	Novendra Satria Putra	L		●	●	●	●	●	●			
24	2695	Randitiya Putra Wiratama	L		●	●	●	●	●	●			
25	2696	Rezty Virya Putri Pranindhana		P	●	●	●	●	s	●	1		
26	2697	Ricco Julvikal	L		●	●	●	●	●	●			
27	2700	Rika Widiastuti		P	●	●	●	●	●	●			
28	2702	Ririn Anggraini		P	●	●	●	●	●	●			
29	2706	Sara Gaisani		P	●	●	●	●	●	●			
30	2709	sekar Febria Larasati		P	●	●	●	●	●	●			
31	2712	Silvia Nur Fatmawati		P	●	●	●	●	●	●			
32	2719	Tri Kurnia Sari		P	●	●	●	●	●	●			

Gamping, 15 September 2016

Mengetahui:

Guru Pembimbing

Mahasiswa

Drs. Gunawan				Aris Widianoro					
NIP 19590210 198703 1 009				NIM. 13601241025					



**DAFTAR INVENTAIS SARANA DAN PRASARANA OLAAHRAGA**

**SMA NEGERI 1 GAMPING TAHUN 2016/2017**

<b>NO.</b>	<b>SARANA DAN PRASARANA</b>	<b>JUMLAH</b>
1	Lapangan Basket	1
2	Lapangan Voli	1
3	Lapangan Futsal	1
4	Lapangan Sepak Bola	1
5	Lapangan Tennis	1
6	Lapangan Lompat Jauh	1
7	Bola Sepak	10
8	Bola Basket	6
9	Bola Voli	8
10	Lembing	35
11	Peluru Tolak Peluru	16
12	Matras	5
13	Start Blok	5
14	Peti Loncat	2
15	Bola Futsal	4
16	Tongkat Estaffet	10

KALENDER PENDIDIKAN SMAN 1 GAMPING  
TAHUN PELAJARAN 2016/2017

JULI 2016							AGUSTUS 2016							SEPTEMBER 2016							OKTOBER 2016							NOVEMBER 2016							DESEMBER 2016						
MINGGU	3	10	17	24	31		7	14	21	28		4	11	18	25		2	9	16	23	30		6	13	20	27		4	11	18	25										
SENIN	4	11	18	25			1	8	15	22	29		5	12	19	26		3	10	17	24	31		7	14	21	28		5	12	19	26									
SELASA	5	12	19	26			2	9	16	23	30		6	13	20	27		4	11	18	25		1	8	15	22	29		6	13	20	27									
RABU	6	13	20	27			3	10	17	24	31		7	14	21	28		5	12	19	26		2	9	16	23	30		7	14	21	28									
KAMIS	7	14	21	28			4	11	18	25		1	8	15	22	29		6	13	20	27		3	10	17	24		1	8	15	22	29									
JUMAT	1	8	15	22	29		5	12	19	26		2	9	16	23	30		7	14	21	28		4	11	18	25		2	9	16	23	30									
SABTU	2	9	16	23	30		6	13	20	27		3	10	17	24			1	8	15	22	29		5	12	19	26		3	10	17	24	31								

JANUARI 2017							FEBRUARI 2017							MARET 2017							APRIL 2017							MEI 2017							JUNI 2017						
MINGGU	1	8	15	22	29		5	12	19	26						2	9	16	23	30		7	14	21	28						4	11	18	25							
SENIN	2	9	16	23	30		6	13	20	27						3	10	17	24		1	8	15	22	29		5	12	19	26											
SELASA	3	10	17	24	31		7	14	21	28						4	11	18	25		2	9	16	23	30		6	13	20	27		3	10	17	24						
RABU	4	11	18	25			1	8	15	22						5	12	19	26		3	10	17	24	31		7	14	21	28		1	8	15	22	29					
KAMIS	5	12	19	26			2	9	16	23						6	13	20	27		4	11	18	25		5	12	19	26		2	9	16	23	30						
JUMAT	6	13	20	27			3	10	17	24						7	14	21	28		5	12	19	26		6	13	20	27		3	10	17	24							
SABTU	7	14	21	28			4	11	18	25						1	8	15	22	29		6	13	20	27		7	14	21	28		4	11	18	25						

JULI 2017							AGUSTUS 2017							SEPTEMBER 2017							OKTOBER 2017							NOVEMBER 2017							DESEMBER 2017						
MINGGU	2	9	16	23	30		6	13	20	27				5	12	19	26				3	10	17	24	31		7	14	21	28			4	11	18	25					
SENIN	3	10	17	24	31		7	14	21	28				6	13	20	27				4	11	18	25		1	8	15	22	29		5	12	19	26						
SELASA	4	11	18	25			1	8	15	22				7	14	21	28				5	12	19	26		2	9	16	23	30		6	13	20	27						
RABU	5	12	19	26			2	9	16	23				1	8	15	22				6	13	20	27		3	10	17	24	31		7	14	21	28						
KAMIS	6	13	20	27			3	10	17	24				2	9	16	23				7	14	21	28		4	11	18	25		1	8	15	22	29						
JUMAT	7	14	21	28			4	11	18	25				3	10	17	24				1	8	15	22	29		5	12	19	26		2	9	16	23	30					
SABTU	1	8	15	22	29									4	11	18	25				2	9	16	23	30		6	13	20	27		3	10	17	24						

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

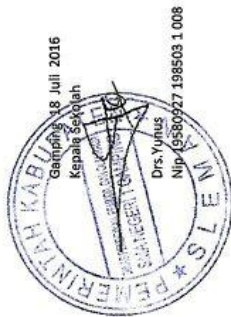
- 2 Januari 2017 : Awal Masuk Semester Genap  
6 s/d 11 Maret 2017 : Ujian Praktek  
20 s/d 28 Maret 2017 : Ujian Sekolah  
3 s/d 6 April 2017 : Ujian Nasional  
10 sd 13 April 2017 : Ujian Nasional Surulan  
17 s/d 25 April 2017 : Ulangan Tengah Semester Genap  
1 s/d 8 Juni 2017 : Ulangan Kenaikan Kelas  
17 Juni 2017 : Penerimaan Raport Kenaikan Kelas  
19 s/d 24 Juni 2017 : Libur Ramadhan  
27 Juni s/d 1 Juli 2017 : Libur Idul Fitri  
3 s/d 15 Juli 2017 : Libur Semester Genap

LIBUR NASIONAL :

- 6 dan Juli 2016 : Hari Besar Idul Fitri 1437 H
- 17 Agustus 2016 : HUT Kemerdekaan RI
- 12 September 2016 : Hari Besar Idul Adha 1437 H
- 2 Oktober 2016 : Tahun Baru Hijriyah 1438 H
- 25 Nopember 2016 : Hari Guru Nasional
- 12 Desember 2016 : Maulid Nabi Muhammad SAW 1438 H
- 25 Desember 2016 : Hari Natal
- 1 Januari 2017 : Tahun Baru 2017
- 1 Mei 2017 : Hari Buruh Nasional
- 10, 25 dan 26 Juni 2017 : Hari Besar Idul Fitri 1438 H
- Hari Libur Nasional lainnya mengikuti kalender nasional tahun 2017

Keterangan :

- Jumlah Jam efektif dalam satu tahun : 39 Minggu  
Kegiatan ekstra Kurikuler satu semester dilaksanakan selama 4 bulan  
semester 1 : minggu ketiga Jul s/d Nopember 2016  
Semester 2 : Januari s/d Mei 2017



Bapak/Ibu Guru/Karyawan



JADWAL MENGAJAR					
jam	senin	selasa	rabu	kamis	jum.at
07.10 - 8.40	kiki, aziz, muchlas,	dini, aris, sulis, diah	ajeng, UCIK, aziz, muklas	endah, aris, sulis	kiki, endah, suci
8.40 - 10.10	aris, sulis dini	anin, ucik, aziz, muklas	aris sulis firoh	inan, lady, dini, ajeng	aris sulis firoh muklas
10.25 - 11.45	sheila , endah, anin, lyna, aris,	kiki, lyna, aziz, muklas	erlin, anin, endah	ajeng, anin, endah, lyna	inan lady dini ajeng
12.10 - 13.40	sulis, firoh, kiki, diah, donna	lady, inan, kiki, erlin, lyna	dini, ajeng, dona, firoh	vinna, galuh, sheila, kiki, lyna	erlin lyna diah

JADWAL PINTU GERBANG DAN RUANG PIKET					
jam	senin	selasa	rabu	kamis	jum.at
7.00 - 10.10	SHEILA, ENDAH	INAN LYNA	ANIN SHEILA	AZIZ MUCHLAS	ANIN ERLINA
10.25 - 11.45	DINI GALUH	VINA DONA	SULIS ARIS	FIROH UCIK	DONNA VINA
12.10 - 13.40	AZIZ, MUCHLAS	DIAH AJENG	KIKI LADY	DINI ARIS	

JADWAL JAGA PERPUSTAKAAN					
jam	senin	selasa	rabu	kamis	jum.at
7.00 - 10.10	VINA DONNA	GALUH ERLINA	ANIN ENDAH	SHEILA KIKI	LYNA GALUH
10.25 - 11.45	INAN DIAH	LADY FIROH	LYNA DONNA	SULIS VINA	SHEILA UCIK
12.10 - 13.40	UCIK DINI	ARIS SULIS	MUCHLAS AZIZ	AJENG AZIZ	

JADWAL KEBERSIHAN RUANG AVA					
jam	senin	selasa	rabu	kamis	jum.at
	INAN VINA	AJENG FIROH	KIKI LYNA	ERLINA UCIK	ANIN DONNA
	GALUH LADY	SULIS DONNA	ARIS DINI	AZIZ ENDAH	MUCHLAS SHEILA

* JAM JUM.AT
07.10 - 9.25 ( 1 - 3)
9.40 - 11.40 (4 - 5)

JAM KE	SENIN - KAMIS, SABTU	JUM.AT
0	07.00 - 07.10	07.00 - 07.10 (0)
1	07.10 - 07.55	07.10 - 07.55 (1)
2	07.55 - 08.40	07.55 - 08.40 (2)
3	08.40 - 09.25	08.40 - 09.25 (3)
4	09.25 - 10.10	IST
IST		09.40 - 10.25 (4)
5	10.25 - 11.10	10.25 - 11.40 (5)
6	11.10 - 11.45	
IST		
7	12.10 - 12.55	
8	12.55 - 13.40	

- **Piket 3 S**



- **PPDB SMA N 1 Gamping**





- **Rapat persiapan HUT SMA N 1 Gamping**





- **Upacara Bendera**



- **Jalan Sehat**



- **Kegiatan Pembelajaran**

















